

Knuspriger Adlerfisch mit mediterranem Kartoffelsotto

Für zwei Personen

Für den Adlerfisch:

400 g Adlerfischfilet, ohne Haut	1 Ei	1 Zitrone
30 g grüne Taggiasca Oliven	50 g Panko	100 ml Sahne
4 Zweige Rosmarin	4 Zweige Zitronenthymian	2 EL Mehl
125 g Butterschmalz	4 EL Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Für das Kartoffelsotto:

250 g Kartoffeln, große	2 Sardellenfilets	1 große Schalotte
1 Zehe frischer Knoblauch	5 EL Kapern, mit Sud	10 schwarze Oliven Taggiasca
3 getrocknete Öl-Tomaten	2 San Marzano Tomaten	1 rote Paprika
150 g Parmesan	1 TL grünes Pesto	4 Zweige Rosmarin
4 Zweige Thymian	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	20 ml Wermut
1 TL Aceto Balsamico	400 ml Geflügelfond	4 EL Butter
3 EL Olivenöl	Zucker	Fleur de Sel
schwarzer Pfeffer		

Für die Garnitur:

1 Zweig Thymian

Für das Kartoffelsotto die Kartoffeln schälen und in feine Würfel schneiden. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und ebenfalls fein würfeln.

Das Olivenöl mit der Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Kartoffeln eine Minute anschwitzen. Die Kapern, die Sardellen, die schwarzen Oliven und die getrockneten Tomaten fein hacken und mit in die Pfanne geben. Mit dem Wermut ablöschen, dann Geflügelfond angießen und unter häufigem Rühren in etwa fünfzehn Minuten gar kochen. Rosmarin und Thymian fein hacken. Den Schnittlauch waschen und in feine Röhrrchen schneiden. Die Tomaten und die Paprika schälen und würfeln. Den Parmesan reiben.

Das Pesto mit Rosmarin, Thymian und Schnittlauch unter das Kartoffelsotto mischen und mit dem Balsamico abschmecken. Den Parmesan mit Butter und den gewürfelten Tomaten sowie den Paprikawürfel unterrühren. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Für den Fisch eine beschichtete Pfanne mit Olivenöl und Butterschmalz erhitzen. Den Fisch waschen, trocken tupfen und in portionsgerechte Stücke schneiden.

Für die Panierstraße drei Schalen aufbauen. In die erste Schale das Mehl füllen. In der zweiten Schale das Ei mit der Sahne verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Oliven, den Rosmarin und den Thymian fein hacken, mit dem Paniermehl mischen und in die dritte Schale füllen.

Den Adlerfisch salzen, pfeffern und in dem Mehl wenden. Das überschüssige Mehl abklopfen. Nun den Fisch durch die Ei-Sahne ziehen und anschließend in der Paniermehl-Oliven-Rosmarin-Thymian Mischung wenden.

Den Fisch in der heißen Pfanne von beiden Seiten zwei Minuten goldbraun anbraten und auf Küchenpapier entfetten. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen.

Das Kartoffelsotto auf zwei Tellern anrichten, den Fisch darauf setzen, mit dem Thymianzweig und den restlichen Kapern garnieren, mit etwas Zitronensaft beträufeln und servieren.

Inka Olek am 22. April 2015