

# Kabeljau in Safran-Zimt-Soße mit Kartoffel-Salat

**Für zwei Personen**

**Für den Fisch:**

2 Kabeljaufilets à 160 g       $\frac{1}{4}$  Zitrone      1 EL Olivenöl  
Salz

**Für die Sauce:**

$\frac{1}{2}$  Orange      200 ml Fischfond      25 g Sahne  
1 EL Speisestärke      1 Prise Safranfäden       $\frac{1}{2}$  Stange Zimt  
Salz      Pfeffer

**Für den Kartoffelsalat:**

200 g festk. Kartoffeln      1 rote Zwiebel      5 Cherrytomaten  
 $\frac{1}{2}$  rote Paprika       $\frac{1}{2}$  gelbe Paprika       $\frac{1}{2}$  grüne Paprika  
 $\frac{1}{2}$  Zitrone      50 ml Olivenöl      Salz, Pfeffer

**Für die Garnitur:**

1 EL Cranberries

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Für den Kartoffelsalat Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und im kochenden Wasser bissfest garen. Anschließend abschütten und mit Öl vermengen. Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Paprika waschen, vom Kerngehäuse befreien und in Würfel schneiden. Tomaten waschen, vom Strunk befreien und ebenfalls in Würfel schneiden. Zitrone halbieren, Saft auspressen und unter den Salat mengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce die Orange heiß abspülen, trocknen und die Schale mit einem Sparschäler dünn abschälen. Saft auspressen. Fischfond, Orangensaft und -schale, Zimt und Safran aufkochen und auf die Hälfte einkochen lassen. Zimtstange und Orangenschale aus dem Sud nehmen.

Saucenbinder unter Rühren in den kochenden Sud geben. Sahne unterrühren. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten.

Für den Kabeljau die Fischfilets kalt abspülen, trocken tupfen, salzen und mit etwas Zitronensaft beträufeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fischfilets darin zuerst auf der Hautseite etwa drei bis vier Minuten scharf anbraten. Vorsichtig wenden und weitere drei Minuten braten.

Den Kabeljau in Safran-Zimt-Sauce mit Kartoffelsalat auf Tellern anrichten, mit den Cranberries garnieren und servieren.

Souad Boujloud am 20. Dezember 2016