

Steinbutt-Filet, Beurre blanc, Spinat, Kartoffel-Ragout

Für zwei Personen

Für die Beurre blanc:

100 g kalte Butter	3 Schalotten	1 Knoblauchzehen
100 ml Geflügelfond	100 ml Fischfond	50 ml trockener Wermut
100 ml trockener Weißwein	1 EL Weißweinessig	3 Zweige Thymian
1 Lorbeerblatt	Olivenöl	Salz
weißer Pfeffer		

Für die Kartoffeln:

400 g La-Ratte-Kartoffeln

Für den Fisch:

2 Steinbuttfilets à 200 g	1 Knoblauchzehe	1 TL Butter
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	Olivenöl

Für den Spinat:

250 g Spinat	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
1 TL Butter	1 Muskatnuss	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

2 EL Salina-Kapern	75 ml neutrales Pflanzenöl
--------------------	----------------------------

Für die Beurre blanc:

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und Schalotten mit Knoblauch darin glasig anschwitzen.

Mit Wermut, Weißwein und Essig ablöschen. Lorbeer und Thymian dazugeben und auf die Hälfte reduzieren lassen. Geflügel- und Fischfond angießen und erneut reduzieren. Mit kalten Butterwürfeln die Sauce aufmontieren und durch ein Sieb passieren.

Mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken.

Für die Kartoffeln:

Die Kartoffeln in einem Topf mit kräftig kochendem Salzwasser etwa 17 Minuten gar kochen. Die Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und pellen.

Für den Fisch:

Die Fischfilets waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Den Fisch in der heißen Pfanne etwa 2 Minuten beidseitig anbraten. Knoblauch abziehen und fein hacken. Butter dazugeben, aufschäumen lassen und Knoblauch, Thymian und Rosmarin zugeben.

Den Fisch mit der Aroma-Butter glasieren.

Für den Spinat:

Spinat waschen, verlesen und trockenschleudern. Schalotten und Knoblauch abziehen, fein hacken, in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen und Butter dazugeben. Den Spinat dazugeben und durchschwenken bis er zusammengefallen ist. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

Die Kapern in einem Topf mit heißem Öl 2 Minuten frittieren.

Den Steinbuttfilet mit Beurre blanc, Spinat und Kartoffel-Kapern-Ragout auf Tellern anrichten und servieren.

Michael Michaelis am 15. Mai 2017