

Victoriabarsch-Filet mit Kräuterbutter, Möhren

Für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Filets vom Victoriabarsch, à 200 g 100 g Butterschmalz 1 Zitrone

Salz Pfeffer

Für die Kräuterbutter:

1/2 Bund Petersilie 1/2 Bund Dill 1/2 Schnittlauch

150 g weiche Butter Salz Pfeffer

Für die Kartoffelwürfel:

3 große festk. Kartoffeln neutrales Öl Salz, Pfeffer

Für die Möhren:

5 kleine Möhren mit Kraut 100 g Butter Salz, Pfeffer

Für den Fisch:

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Victoriabarschfilets darin braten, salzen und pfeffern.

Für die Kräuterbutter:

Gemüse hacken, in die Butter hineinpressen, rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Kartoffelwürfel:

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden, anschließend mit heißem Wasser im Topf blanchieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelwürfel darin ausbacken und dabei etwas salzen.

Für die Möhren:

Die Möhren waschen, in einer Pfanne mit einem Schuss Wasser dünsten. Danach Butter hineingeben und kurz darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Victoriabarsch anrichten, die Kartoffelwürfel und die Möhren dazu legen. Den Fisch mit etwas Kräuterbutter belegen. Ein Stück Zitrone dazu reichen und servieren.

Constanze Rostock-Wilhelm am 31. August 2017