

Gebratener Steinbutt mit Basmati und Apfel-Vinaigrette

Für zwei Personen

Für den Steinbutt:

2 Steinbuttfilets à 200 g 1 Limette Öl, Salz

Für den Reis:

100 g Basmatireis 100 g Wakame Salz

Für die Apfel-Vinaigrette:

1 Schalotte 1 Apfel 200 ml Apfelsaft

100 ml Weißweinessig 100 ml Olivenöl Salz

Pfeffer

Für den Steinbutt:

Den Steinbutt waschen, trocken tupfen und salzen. In einer Pfanne mit Öl auf der Hautseite anbraten. Limette halbieren, auspressen und über den Fisch geben.

Für den Reis:

Basmatireis mit der doppelten Menge an gesalzenem Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Anschließend ziehen lassen. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Wakame mit heißem Wasser übergießen und etwa 10 Minuten quellen lassen. Wakame abgießen, auspressen und unter den Reis heben.

Für die Apfel-Vinaigrette:

Schalotte abziehen und feinhacken. Apfel schälen und ebenfalls sehr feinschneiden. Schalotte und Apfel mit Apfelsaft, Weißweinessig, Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen.

Gebratener Steinbutt mit Basmati und Apfel-Vinaigrette auf Tellern anrichten und servieren.

Marijke Amado am 10. Oktober 2017