

Pochierter Kabeljau, Vanille-Sud, Spinat, Salzkartoffeln

Für zwei Personen

Für den Kabeljau:

450 g Kabeljau	150 ml Weißwein	200 ml Fischfond
150 g Sahne	$\frac{1}{2}$ TL Zucker	Salz, Pfeffer

Für die Kartoffeln:

6 vorw. festk. Kartoffeln	1 EL feines Salz
---------------------------	------------------

Für Spinat:

500 g frischer Blattspinat	2 Schalotten	1 EL Butter
Salz	Pfeffer	

Für die Vanillesauce:

1 Vanilleschote	Salz	Pfeffer
-----------------	------	---------

Für den Kabeljau:

Den Kabeljau waschen, trocken tupfen und in 2 Filets schneiden. Salz und Zucker mischen und die Filets damit bestreuen.

Weißwein und Fischfond aufkochen. Die Sahne unterrühren und aufkochen. Den Kabeljau in den Pochiersud geben, vom Herd nehmen und 15 Minuten zugedeckt stehen lassen. Den Kabeljau abtropfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Pochiersud für die Vanillesauce aufbewahren.

Für die Kartoffeln:

Die Kartoffeln schälen, waschen und in Stücke schneiden. Kartoffeln zugedeckt in kochendem Salzwasser ca. 15 Minuten garen, abgießen und ausdampfen lassen.

Für Spinat:

Den Spinat abbrausen und putzen. Schalotten abziehen. Butter in einem Topf zerlassen, Schalotten darin anschwitzen, Spinat dazugeben und 5 Minuten dünsten. Abtropfen, mit den Händen ausdrücken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Vanillesauce:

Die Vanilleschote längs halbieren, das Mark auskratzen und Schote in den Pochiersud des Kabeljaus geben.

Miteinander einkochen lassen und durch ein Sieb streichen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pochierter Kabeljau mit Spinat, Vanillesauce und Salzkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Martina Farkas am 26. Februar 2018