

Kabeljau-Filet, Kartoffel-Auflauf, Erbsen-Schoten-Salat

Für zwei Personen

Für den Kabeljau:

2 Kabeljauloins à ca. 200 g	2 Zitrone, Abrieb	1 EL Butter
1 TL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Kartoffelauf:

3 mittelgroße Kartoffeln	100 g Sahne	50 g Crème-fraîche
1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{4}$ Bund Thymian	2 EL geriebener Parmesan
1 Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für den Salat:

100 g TK-Erbsen	100 g Zuckerschoten	1 Kästchen Kresse
2 EL Olivenöl	2 EL Trauben-Vanille-Essig	20 ml weißer Balsamico
1 TL flüssiger Honig	Salz	Pfeffer

Für den Kabeljau:

Den Fisch mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen. In Öl und Butter kurz auf einer Seite anbraten, wenden und ziehen lassen.

Für den Kartoffelauf:

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben hobeln. Sahne, Crème fraîche, Knoblauch, Muskat und Thymian verrühren und die Kartoffelscheiben dazugeben und gut miteinander vermengen. In einem Muffinblech vier Mulden mit Olivenöl einpinseln und kreuzweise jeweils 2 Streifen Backpapier einlegen.

Die Kartoffelscheiben einschichten und mit geriebenem Parmesan bestreuen. Etwa 25 Minuten im Ofen backen.

Für den Salat:

Erbsen und Zuckerschoten 2 Minuten in einem großen Topf mit kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Abtropfen lassen und die Hälfte der Kresse unterheben.

Aus Olivenöl, Essig, Balsamico, Honig, Salz und Pfeffer eine cremige Marinade anrühren, die Erbsen und Zuckerschoten unterrühren und darin ziehen lassen.

Das Gericht auf einem Teller anrichten, mit Kresse garnieren und servieren.

Karin Hennig am 30. August 2018