

# Kabeljau gebraten mit Wermut-Soße, Perlgraupen-Risotto

**Für zwei Personen**

**Für den Kabeljau:**

300 g Kabeljauloin, mit Haut    Butter    Salz, Pfeffer

**Für die Sauce:**

140 ml Sahne    50 ml Wermut    Sojasauce  
2 Lorbeerblätter    Zucker    Salz, Pfeffer

**Für das Risotto:**

200 g Perlgraupen    100 g Karotten    100 g Staudensellerie  
2 Schalotten    2 Limetten, Abrieb, Saft    40 g Parmesan  
40 g Butter    80 ml Wermut    400 ml Gemüsefond  
 $\frac{1}{2}$  Bund glatte Petersilie    Salz    Pfeffer

**Für die Garnitur:**

1 Limette, Abrieb    2 Zweige glatte Petersilie

**Für den Kabeljau:**

Den Backofen auf 60 Grad Heißluft vorheizen.

Fisch auf der Haut in etwas Butter 4 Minuten bei mittelhoher Hitze anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Wenden und etwa 1 Minute braten. Dann 4-5 Minuten in den Ofen geben und ziehen lassen. Die Pfanne für die Sauce aufgestellt lassen.

**Für die Sauce:**

Pfanne mit Wermut ablöschen, Lorbeerblätter und Sahne zugeben und aufkochen. Eindicken lassen und mit Sojasauce, Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.

**Für das Risotto:**

Gemüsefond erhitzen.

Karotten, Sellerie und Schalotten schälen bzw. abziehen und in kleine Würfel schneiden. In 1 EL Butter anschwitzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Graupen unterrühren, kurz anschwitzen und mit Wermut ablöschen. Heißen Fond zufügen, kurz aufkochen und ca. 15 Minuten sanft köcheln lassen. Parmesan reiben und mit restlicher Butter unterrühren.

Petersilie fein schneiden und unterrühren. Mit Salz, Pfeffer, Limettenabrieb und wenig Limettensaft abschmecken.

**Für die Garnitur:**

Gericht mit Limettenabrieb und Petersilie garnieren.

Gregor Wagner am 22. Juli 2024