

# Rote-Bete-Apfel-Salat, Wolfsbarsch, Kohlrabi-Carpaccio

**Für zwei Personen**

**Für den Fisch:**

1 Wolfsbarschfilets, à 120 g	1 frischer Meerrettich	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	50 g Butter	2 Zweige Rosmarin

Salz, Pfeffer

**Für den Kohlrabi:**

1 Kohlrabi	1 Prise Zucker	Salz, Pfeffer
------------	----------------	---------------

**Für den Salat:**

1 Apfel, z.B. Boskop	1 frische Rote Bete	100 g Sauerkraut
1 Orange	1 Zitrone	30 g flüssiger Akazienhonig
50 ml Balsamicoessig	1 Prise Zucker	30-50 ml Olivenöl

Salz, Pfeffer

**Für den Fisch:**

Die Zitrone halbieren und auspressen. Wolfsbarsch säubern, mit Zitronensaft säuern und salzen. Einen Rosmarinzweig in den Fisch stecken. Neutrales Öl in eine Pfanne geben, Knoblauch abziehen, anschlagen und hineingeben. Zweiten Rosmarinzweig zugeben und Fisch darin anbraten. Butter zugeben und den Fisch permanent mit Butter übergießen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Meerrettich schälen und vor dem Servieren über den Fisch reiben.

**Für den Kohlrabi:**

Kohlrabi schälen, fein hobeln, mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen und beiseitestellen. Kohlrabi-Carpaccio auf Teller legen.

**Für den Salat:**

Rote Bete schälen und in eine Schüssel reiben. Apfel ebenfalls in die Schüssel reiben. Sauerkraut in der gleichen Menge wie die Rote Bete gut ausdrücken und hinzugeben. Schale der Zitrone und Orange abreiben, anschließend halbieren und auspressen. Zitronenschale hinzufügen und alles mit Honig, Zucker, Essig, Öl, Zitronen- und Orangensaft vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin fein hacken und drüberstreuen.

Andreas Hauck am 19. Juli 2022