

Pochierter Waller mit Roter Bete und Senf-Soße

Für 4 Personen

2 Knollen Rote Bete	100 g Karotten	100 g Sellerie
1 Zwiebel	75 g Lauch	2 l Wasser
100 ml Weißweinessig	2 Lorbeerblätter	Salz
1 TL Pfefferkörner	800 g Wallerfilet (Wels)	1/8 l Fischfond
1/8 l Sahne	1/8 l trockener Weißwein	1/2 Bund glatte Petersilie
1 Schalotte	1 EL Butter	50 ml Geflügelfond
1/2 TL Honig	Salz, Pfeffer	30 g kalte Butter
frischer Meerrettich	1-2 TL grober Senf	100 ml Sahne

Rote Bete mit der Schale weich kochen, anschließend schälen und in kleine Würfel schneiden. Karotten, Sellerie und Zwiebel schälen, in feine dünne Streifen schneiden. Lauch putzen, waschen und ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Für den Sud das Wasser mit Essig, Lorbeerblättern, etwas Salz und Pfefferkörnern aufkochen lassen. Die Gemüsestreifen einlegen. Den Waller in Stücke schneiden, in den Sud legen und knapp mit Sud bedeckt ca. 20 Minuten ziehen lassen. Für die Sauce den Fischfond, die Sahne und den Weißwein in einen Topf geben und um etwa die Hälfte einkochen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Schalotte schälen und fein schneiden. Schalotte in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, die gewürfelte Rote Bete zugeben, mit Geflügelfond ablöschen, Honig untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die kalte Butter unter die Sauce rühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Vor dem Servieren kurz aufmixen, den Senf und etwas Sahne zugeben.

Karlheinz Hauser 14. Januar 2013