

Seezunge, braune Butter, Petersilien-Kartoffeln, Spinat

Für vier Portionen

600 g kleine Kartoffeln	4 Seezungen à 350 g	Salz, Pfeffer
2-3 EL Mehl	3-4 EL Butterschmalz	2 EL Mandelblättchen
2 EL Butter	1 Zitrone	30 g Butter
$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	500 g junger Spinat	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	30 g Butter	Muskatnuss

Die Kartoffeln waschen, schälen und in einem Dämpfeinsatz über kochendem Wasser je nach Größe etwa 20 Minuten weichdämpfen.

Die Seezungen mit Salz und Pfeffer würzen und mit Mehl bestäuben. Butterschmalz in zwei großen Pfannen erhitzen und die Seezungen darin vier bis fünf Minuten bei mittelstarker Hitze braten lassen. Anschließend wenden, Butter zugeben und auf der zweiten Seite ebenfalls vier bis fünf Minuten braten. Die Mandelblättchen zugeben. Während des Bratens immer wieder mit der Butter übergießen. Den Saft einer Zitrone über den Seezungen auspressen und mit der Butter beträufeln.

Die Kartoffeln in einer Pfanne in der Butter anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Petersilie abrausen, trockentupfen und fein hacken. Zuletzt über die Kartoffeln streuen.

Den Spinat waschen, trocken schleudern. Schalotte und Knoblauch schälen und fein würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen, Schalotten, Knoblauch und den Spinat darin anschwitzen. Mit Salz und Muskatnuss würzen und eine bis zwei Minuten dünsten lassen.

Zum Anrichten die Seezungen auf eine große Platte legen und mit der Butter beträufeln. Die Kartoffeln und den Spinat herum verteilen.

Johann Lafer am 24. September 2016