

# Schlemmerfilet Bordelaise, Gurkensalat, Kartoffelstampf

## Für 4 Personen

2 Lauchzwiebeln	1 Bund gemischte Kräuter	140 g weiche Butter
100 g Panko	Salz, weißer Pfeffer	4 Fischfilets
2 Salatgurken	200 g Schmand	1 Zitrone, (Saft)
Zucker	Salz	1 kg Kartoffeln, mehligk.
3 Knoblauchzehen	250 ml Milch	

## Für die Kruste:

Die Lauchzwiebeln fein schneiden und die Kräuter (z. B. Thymian, Rosmarin, Petersilie, Kerbel, Estragon) waschen, trockenschleudern und fein hacken.

Die Butter schaumig schlagen und mit den Kräutern und Lauchzwiebeln vermischen.

Das Paniermehl dazugeben und verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Fischfilets waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten salzen und pfeffern.

Eine Auflaufform leicht buttern, die Fischfilets hineinlegen und auf der Oberseite mit der Krustenmasse bedecken. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C) auf der zweiten Schiene von unten ca. 10 - 12 Minuten goldbraun backen.

## Für den Gurkensalat:

Die Gurken gründlich waschen und mit einem Sparschäler bis zum Kerngehäuse längs in dünne Scheiben hobeln. Die Gurkenscheiben leicht salzen und etwas ziehen lassen. Den Zitronensaft über die Gurken geben, den Joghurt untermischen und mit etwas Zucker und ein wenig Salz abschmecken.

## Für den Kartoffelstampf:

Die Kartoffeln schälen, waschen, in grobe Stücke schneiden und in einem Topf mit reichlich Salzwasser in ca. 10 - 15 Minuten garen. Abgießen und stampfen.

Den Knoblauch abziehen, mit Milch und Butter aufkochen und anschließend pürieren. Warm halten. Die Knoblauchmilch nach und nach unter die Kartoffeln rühren und mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss abschmecken.

NN am 16. November 2021