

Edelfisch-Pfanne mit Safran-Soße

Für 4 Personen:

400 g Lachsfilet 400 g Seeteufel 4 Riesengarnelen mit Schale
Butter

Safransoße:

400 ml Fischfond 200 ml Weißwein 200 ml Sahne
4 cl Wermut 2 g Safranfäden 1 Msp. Cayennepfeffer
1 Msp. Kurkuma

Safransoße:

Fischfond, Weißwein und Sahne auf 2/3 einkochen lassen, durchsieben.

Safran in 3 cl Wermut bei leichter Hitze auflösen, Cayennepfeffer und Kurkuma hinzugeben und 5 Minuten quellen lassen. In den Weißweinsud einrühren, leicht salzen.

Fisch:

Ein Backblech mit reichlich Butter bestreichen. Den Fisch würfeln, mit den Riesengarnelen in der Butter wälzen, salzen und pfeffern. Die Fischwürfel mit 1 cl Wermut beträufeln, dann 5 Minuten bei 180 Grad im Ofen schmoren lassen. Fischwürfel und Riesengarnelen in die heiße Safransoße geben und 5 Minuten ziehen lassen.

Dazu sei Sepia-Tagliatelle empfohlen.

NN am 02. Oktober 2024