

Sahniges Fisch-Ragout

Für 4 Portionen:

600 g Fischfilet (Kabeljau)	2 EL Zitronensaft	Salz, Pfeffer
1 Bund Frühlingszwiebeln	2 kleine Möhren	1 Zwiebel
1 Bund Dill	1 EL Butter	150 ml Weißwein
150 ml Fischfond	200 g Crème-fraîche	

Das Fischfilet kalt abspülen, trockentupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in grobe Stücke schneiden. Die Möhren schälen, in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen, fein würfeln. Dill abrausen, trockenschütteln, die Blättchen fein hacken.

Die Butter erhitzen, die Zwiebeln darin glasig dünsten. Möhren dazugeben, kurz mitdünsten und mit dem Weißwein ablöschen. Den Fischfond dazugießen, aufkochen, Crème fraîche unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Fisch und Frühlingszwiebeln hineingeben und darin bei kleiner Hitze 5-10 Min.

ziehen lassen. Den Dill einstreuen und sofort servieren.

NN am 21. Dezember 2024