

Gebratener Aal mit Apfel-Kompott

Für 4 Personen

4 rohe, kleine Aale	Butterschmalz	Pflanzenöl
Pfeffer, Salz	3 Äpfel	2 Schalotten
3 EL Rosinen	1 EL geriebener Ingwer	0.1 l Weißwein
1 TL Honig	1 EL Olivenöl	

Die Äpfel schälen und entkernen. Das Fruchtfleisch in feine Würfel scheiden. Die Schalotten ebenfalls fein würfeln, den Ingwer reiben. Die Äpfel mit den Schalotten und etwas Olivenöl in einen Topf geben und farblos anschwitzen. Rosinen, Ingwer, Honig und Weißwein hinzufügen und alles etwa 6-7 Minuten bei milder Hitze köcheln lassen. Den Topf vom Herd nehmen und das Kompott leicht zerstampfen. Es sollte in der Konsistenz eher etwas gröber als zu fein sein. Das Apfelkompott warm stellen.

Die Aale häuten lassen. Butterschmalz und Pflanzenöl in eine Pfanne geben und die Aale rundum anbraten. Die Hitze etwas reduzieren und die Aale in 5-6 Minuten fertig garen. Dabei salzen und pfeffern.

Rainer Sass am 09. Februar 2020