

Schellfisch mit Krabben und Weißwein-Soße

Für 4 Personen

Fisch:

800 g Schellfischfilet	4 Lorbeerblätter	2 Zwiebeln
1 EL Pfefferkörner	2 EL Weißwein-Essig	1 Bio-Zitrone

Salz

Weißwein-Soße:

200 ml Grüner Veltliner	200 ml Sahne	100 ml Fischfond
70 g kalte Butter	1 Bio-Zitrone	200 g Krabbenfleisch
1 EL gehackter Dill	Salz	

Kartoffeln:

1 kg festk. Kartoffeln	2 EL Butter	1 Bund Petersilie
------------------------	-------------	-------------------

Salz

Fisch:

Einen breiten und hohen Topf (alternativ Bratenreine oder Pfanne) zu drei Viertel mit Wasser füllen. Die Zwiebeln schälen und in Lamellen schneiden. Die Zitrone putzen und mit der Schale in Scheiben schneiden. Die vorbereiteten Zutaten mit Lorbeerblättern, Essig, Salz und Pfefferkörner ins Wasser geben. Den Sud einmal aufkochen, dann auf kleine Temperatur stellen. Das Wasser sollte nur noch ganz leicht simmern.+ Den Fisch säubern, portionieren und gegebenenfalls entgräten. Die Filets mit der Haut in den Sud legen. Die Haut schützt das Fleisch und hält es zusammen. Die Filets 4-5 Minuten ziehen lassen.

Der Fisch ist gar, wenn sich die Lamellen leicht auseinanderziehen lassen.

Weißwein-Soße:

Den Wein in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen. Dann die Sahne und den Fischfond dazugeben und alles zu einer sämigen Konsistenz einkochen lassen. Nach und nach kalte Butterstücke unterrühren. Die Soße sollte eine cremige Konsistenz bekommen. Dill hacken und etwas Schale von der Zitrone abreiben. Beides zur Soße geben. Zum Schluss etwas Salz und die Krabben hinzufügen. Die Soße nicht mehr kochen, da die Krabben sonst zäh werden und ihren feinen Geschmack verlieren.

Kartoffeln:

Kartoffeln mit Schale kochen, dann pellen. Die Petersilie säubern und fein hacken. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln anrösten. Die Petersilie hinzufügen und dabei die Pfanne schwenken, bis die Knollen rundum gut bedeckt sind.

Servieren:

Die Schellfichfilets auf Teller legen und vorsichtig die Haut entfernen. Mit der Soße und den Kartoffeln servieren.

Rainer Sass am 13. September 2020