

Krosser Schellfisch mit marinierten Kartoffeln

Zutaten für die Kartoffeln (für 4 Personen):

- 400 g Kartoffeln
- 1 Zehe Knoblauch
- 3 Schalotten
- 150 ml Weißwein-Essig
- 400 ml Olivenöl

Kartoffeln mit Schale kochen und pellen. In Scheiben schneiden und in einen tiefen Behälter stapeln. Knoblauch und Schalotten fein schneiden. Mit Essig und Olivenöl in einem Topf erwärmen, über die Kartoffeln gießen und 24 Stunden ziehen lassen.

Zutaten für den Petersilien-Schaum:

- 5 Zehen Knoblauch
- 300 ml Hühnerbrühe
- 100 ml Crème fraîche
- 0,5 Bund glatte Petersilie
- Salz
- Pfeffer

Knoblauch schälen und zerdrücken. Hühnerbrühe mit dem Knoblauch kochen und auf die Hälfte reduzieren. Crème fraîche hinzufügen und noch einmal auf die Hälfte reduzieren.

Petersilie grob rupfen und in kochendem Wasser 30 Sekunden blanchieren, anschließend in Eiswasser tauchen. Ausdrücken und zur Brühe geben. 2 Minuten köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anschließend 5 Minuten auf höchster Stufe mixen, durch ein feines Sieb passieren. Um den Schaum zu bilden, mit einem Pürierstab noch einmal schaumig aufschlagen.

Zutaten für Fisch und Gemüse:

- 4 Schellfischfilets
- 2 große rote Paprika
- 2 große weiße Zwiebeln
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Zweig Thymian
- Olivenöl

Paprika und Zwiebeln putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebeln in wenig Olivenöl anschwitzen, bis sie weich sind. Paprika hinzufügen und 10 Minuten garen, bis das Gemüse weich ist. Knoblauch und Thymian zusammen mit dem Tomatenmark hinzufügen und köcheln lassen. Etwas Olivenöl unter die Mischung geben.

Fischfilets waschen, trockentupfen und eventuelle Gräten entfernen. Etwas Olivenöl in eine kalte beschichtete Pfanne geben. Die gewürzten Filets mit der Haut nach unten braten, bis diese sehr kross ist. Wenden und im Ofen bei 180 Grad 2 Minuten weiter garen.

Anrichten: Die Kartoffeln vorsichtig erwärmen und in der Mitte der Teller platzieren. Darauf die Zwiebeln und Paprika sowie den gebratenen Schellfisch geben. Mit warmem Petersilien-Schaum und nach Belieben mit einer kleinen Salatgarnitur mit Zitronendressing servieren.

Sendetermin: 31.12.2023

Koch/Köchin: Anton Edelmann

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen