

# Steinbutt mit Schmorgurke und Kartoffeln

## Zutaten für den Fisch (für 4 Personen):

- 2 (je 1,5-2 kg) Steinbutte
- 1 Zehe Knoblauch
- 5 Zweige Thymian
- 100 g Butter
- 1 Bund Dill
- 1 Zitrone

Die Fische gründlich waschen, die Mittelgräten entfernen, Köpfe abtrennen und die Butte gut salzen. Auf einem Ofenblech ein Beet aus Dill, Butterflocken, geschnittenem Knoblauch, Zitronenscheiben und Thymian anrichten. Die Fische mit der dunklen Seite nach oben darauflegen und etwa 45 Minuten bei 180 Grad garen. Anschließend die Haut vorsichtig lösen und den Fisch filetieren.

## Zutaten für die Schmorgurken:

- 2 Schmorgurken
- 1 Zwiebel
- 100 g geräucherter Schinkenspeck
- 50 g Butter
- 1 EL Mehl
- 50 ml Weißwein
- 150 ml Fischfond
- 150 ml Sahne
- 1 Zitrone
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- etwas Tabasco

Die Gurken waschen, schälen und den Strunk großzügig entfernen. Der Länge nach teilen, das Kerngehäuse entfernen und die Gurke in fingerdicke Scheiben schneiden. Zwiebel und Schinkenspeck fein würfeln. Den Speck in einer Pfanne auslassen, Zwiebeln und Butter dazugeben. Nach 1 Minute das Mehl kurz mitrösten. Unter kräftigem Rühren mit Weißwein und Fischfond (vom Blech) ablöschen. Die Gurken hinzufügen und langsam garen. Wenn sie noch einen leichten Biss haben, die Sahne dazugeben und die Soße mit Salz, Pfeffer, Muskat und etwas Tabasco abschmecken. Sollte sie zu dünn sein, mit etwas Mehlbutter abbinden.

## Zutaten für die Kartoffeln:

- 500 g Kartoffeln
- Salz

Die Kartoffeln schälen, waschen und in Stücke schneiden. In gut gesalzenem Wasser etwa 20 Minuten garen.

## Anrichten:

Die Fischfilets auf Teller legen, den Gurkenrahm daraufgeben und mit den Kartoffeln umrunden. Als Dekoration eignen sich Radieschen und Dillspitzen.

Sendung/Quelle: Mein Nachmittag

Letzter Sendetermin: 26.06.2019

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)