

Karpfen blau mit Rotkohl und Senfsoße

Zutaten für den Rotkohl (für 6 Personen):

- 1 kg Rotkohl
- 100 g Zwiebeln
- 60 g Schmalz
- 300 g Äpfel
- 1 EL Essig
- 300 ml Apfelsaft
- 2 Lorbeerblätter
- 8 Wacholderbeeren
- 3 Nelken
- 40 g Zucker
- 1 TL Salz

Rotkohl putzen und in Streifen schneiden. Zwiebeln schälen, Äpfel von Strunk und Kerngehäuse befreien. Beides in Würfel schneiden und in Schmalz anbraten. Die Rotkohlstreifen dazugeben und 3 Minuten kräftig anbraten. Mit Essig und Apfelsaft ablöschen. Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Nelken, Zucker und Salz dazugeben und bei mittlerer Stufe 45 Minuten köcheln. Gelegentlich umrühren.

Zutaten für den Karpfen:

- 1 ausgekommener Karpfen
- 2 l Wasser
- 1 EL Salz
- 250 g Suppengemüse
- 2 TL Pfefferkörner
- 4 Lorbeerblätter
- 1 Zitrone
- 1 TL Essig
- 1 TL Salz

Suppengemüse waschen, putzen und grob zerteilen. In einem Topf mit Wasser aufkochen. Anschließend Pfefferkörner, Lorbeerblätter und Salz hinzugeben. Mit der Restwärme weiter ziehen lassen.

Den Karpfen auswaschen, mit etwas Salz würzen und mit Zitronensaft beträufeln. In den Gemüsesud Essig geben und aufkochen lassen. Wer später kein Gemüse am Karpfen haben möchte, kann den Sud durch ein Sieb geben, sodass eine klare Gemüsebrühe übrig bleibt. Den Karpfen in die nicht mehr kochende, schon etwas abgekühlte Brühe geben und circa 25 Minuten im Sud garen.

Zutaten für die Soße:

- 250 ml Wasser
- 5 EL Butter
- 3 EL Mehl
- 5 EL Senf
- 1 TL Brühe
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Prise Zucker

Für die Senfsoße wird eine Mehlschwitze benötigt. Dafür Butter in einem Topf erwärmen, Mehl hinzufügen und kräftig

umrühren. Wasser, Senf, Brühe, Salz, Pfeffer und Zucker dazugeben und aufkochen lassen.

Anrichten: Den Karpfen aus dem heißen Sud nehmen, entgräten und filetieren. Die Filetstücke auf Teller legen, Rotkohl und Soße dazugeben. Das Gemüse aus dem Karpfenwasser eignet sich auch sehr gut als Beilage. Dazu schmecken Salzkartoffeln.

Sendung/Quelle: Nordmagazin

Sendetermin: 29.12.2022

Koch/Köchin: Martina Riedel

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