

Seeteufel auf Frühlingslauch und Knoblauchkartoffelstock

Ohne viel Schnickschnack eine tolle Aromenkombination zaubern, das ist Kochkunst.

Zutaten für 4 Personen

800 g Seeteufelfilet
etwas Hartweizengriess (Nudelmehl)
etwas Rapsöl
20 Stangen Frühlingslauch
2.5 dl Bouillon
400 g Kartoffelstock
3 EL Knoblauchsauce
Salz und Pfeffer
40 g Brotwürfel
etwas Butter
wenig Kräuter der Provence getrocknet

Beurre blanc

½ Zwiebel
5 weisse Champignons
½ Stange Lauch, fein geschnitten
etwas Butter
2 Lorbeerblätter
½ dl Noilly Prat
½ dl Pernod
2 dl Weisswein
5 dl Fischfond
1 dl Rahm
etwas Butter, eiskalt
Salz und Pfeffer

Den Seeteufel mit Hartweizengriess bestäuben und von allen Seiten langsam im Rapsöl braten.

Währenddessen den Kartoffelstock mit der Knoblauchsauce mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Frühlingslauch putzen, blanchieren und in der Bouillon warm werden lassen, ohne dass er an Farbe verliert.

Gleichzeitig die Brotwürfel in Butter goldgelb braten, auf einem Küchentuch abtropfen lassen und die Kräuter darüberstreuen.

Für die Beurre blanc, die Champignons klein schneiden. Die Zwiebel klein schneiden und mit dem Lauch in der Butter dünsten.

Mit Weisswein, Noilly Prat und Pernod ablöschen, die Lorbeerblätter dazugeben. Sud einköcheln. Den Fischfond hinzufügen und um die Hälfte reduzieren. Den Rahm dazugeben, aufkochen lassen, Hitze reduzieren und 10 Minuten ziehen lassen. Sauce absieben und die kalte Butter untermontieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Weintipp: Dazu passt ein eleganter Weisswein mit schöner Apfelnote. Ein Weissburgunder aus dem Südtirol, ein mineralischer Chasselas vom Murtensee oder ein Viognier aus Kalifornien.

Aus unserem Sortiment:

Vully Chasselas, Jean-Daniel Chervet
Viognier, Bonterra, Californien