

Rezept für 4 Personen

Rezept von Hugo Caballero

Doppelt gearter Barsch mit konfierten Tomaten und Maniokpüree

WERKZEUGE

Sieb, grob
Spritzebeutel

ZUTATEN

Maniokpüree

600 g Maniok, geschält, gewürfelt
Ca. 3 dl Milch, heiss
50 g Butter
Salz
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Muskatnuss, gerieben

Doppelt gearter Fisch

600 g Fischfilet, ohne Haut, entgrätet, z.B. Barsch
2 Eier, aufgeschlagen
2 El Mehl
Salz
Weisser Pfeffer aus der Mühle
Olivenöl
24 Kirschtomaten, konfiert

Sauce

1 Schuss Weisswein
1 Bio-Zitrone, Saft
1 Knoblauchzehe, geschält, fein gehackt
Wenig Honig
Garnitur
Wenig Spinatblätter, gedünstet

ZUBEREITUNG

Maniokpüree

Den Maniok in Salzwasser sehr weich kochen und durch ein Sieb streichen. Die Fasern herausnehmen. Die Milch und die Butter unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Warm halten.

Doppelt gearter Fisch

Eine Grillpfanne erhitzen. Den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen und kurz anbraten. Das Mehl und die Eier separat in zwei tiefe Teller geben. Den vorgegrillten Fisch zuerst in Mehl, dann in den Eiern wenden und in Olivenöl ausbacken.

Sauce

Alle Zutaten einkochen, bis die Sauce reduziert ist.



ANRICHTEN

Das Maniokpüree in einen Spritzebeutel füllen. Je drei Streifen auf einen vorgewärmten Teller spritzen. Die Fischfilets fächerförmig auf dem Maniokpüree anrichten. Mit der Sauce beträufeln und wenig Spinat garnieren. Die konfierten Tomaten ringsum anrichten.