






Skrei auf Steckrübenstampf

 Mittel  1 std  4 Personen

Zutaten

- 8 handfiletierte Skreifilets mit Haut á 80 g
- 1 Steckrübe
- 200 ml Sahne
- 4 EL Röstzwiebeln
- Salz
- Pfeffer
- 20 Kartoffeln, klein
- Sonnenblumenöl zum Anbraten
- 2 Schalotten
- 4 EL Butter
- 100 ml Weißwein, trocken
- 400 ml Fischfond
- 2 EL körniger Senf
- 1 EL Dillfäden
- 1 EL Schnittlauchröllchen

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür

Zubereitung

Schritt 01

Für den Steckrübenstampf zunächst die Steckrübe schälen, grob würfeln und knapp mit Salzwasser bedeckt weichkochen. Gekochte Steckrübe abgießen, auf dem Herd kurz abdampfen und zerstampfen. 100 Milliliter Sahne und Röstzwiebeln unterrühren. Stampf mit Salz und Pfeffer abschmecken und warmhalten.

Schritt 02

Kartoffeln waschen und in der Schale weichkochen. Pellkartoffeln abgießen, pellen und in Sonnenblumenöl rundherum goldgelb braten. Kartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen und warmhalten.

Schritt 03

Nun Kräutersenf sauce zubereiten: Schalotten in Scheiben schneiden, in 2 Esslöffeln Butter anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Wenn der Wein verdampft ist, mit Fischfond auffüllen und um die Hälfte einkochen. Salzen und pfeffern und mit der restlichen Sahne verkochen. Kurz vorm Anrichten die Sauce aufkochen und den Senf mit einem Pürierstab unterziehen. Kräuter hinzufügen und gegebenenfalls noch einmal abschmecken.

Schritt 04

Eine Pfanne mit Olivenöl aufstellen und das Skreifilet auf der Hautseite scharf anbraten. Skrei nach ca. 3 Minuten wenden und die restliche Butter mit in die Pfanne geben. Den Fisch immer wieder mit der Butter übergießen und für weitere 3 Minuten braten. Die Pfanne vom Herd nehmen und Skreifilet mindestens 3-4 Minuten nachgaren lassen.

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür