

Adlerfisch mit Dreierlei von der Kartoffel

Zutaten für 4 Personen

Als Hauptspeise je 200 g Fischfilet pro Portion: Adlerfisch oder anderer weißfleischiger fester Fisch

- Öl zum Anbraten
- 1 EL Butter
- 3 Zweige Thymian
- 3 Zehen Knoblauch
- 250 g Pellkartoffeln

Für die Sauce

- 500 g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Biozitron
- 500 ml Hühnerfonds
- 100 g Butter
- Pfeffer und Salz

Für die Bratkartoffelwürfel

- 500 g festkochende Kartoffeln
- Olivenöl
- Kreuzkümmel
- Koriander
- Schnittlauch
- Zitronensaft

Für das Kartoffelstroh

- 4 mehligkochende Kartoffeln
- Öl zum Frittieren

Zubereitung

1. Für die Kartoffelsauce die mehligkochenden Kartoffeln schälen und sehr weich kochen. Abgießen und mit etwas Hühnerfond, einem Schuss Zitronensaft, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer pürieren. Für eine sämige Konsistenz nach und nach weiteren Fond und Butter hinzufügen. Warm halten.
2. Für die Bratkartoffeln die festkochenden Kartoffeln in 4 mm große Würfel schneiden und wenige Minuten kochen – die Würfel sollten noch gut Biss haben, damit sie beim anschließenden Braten nicht zu weich werden. Abgießen und in Eiswasser legen, damit der

Garprozess stoppt. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Kartoffeln goldgelb braten. Herausnehmen und mit Kreuzkümmel, Schnittlauch, Koriander und etwas Zitronensaft würzen.

3. Für das Kartoffelstroh pro Person eine mehligkochende Kartoffel in hauchdünne Streifen schneiden, in Wasser die Stärke auswaschen und gut trocken tupfen. In Öl bei 160 Grad knusprig ausbacken.
4. Die Fischfilets salzen und zunächst in Öl scharf von beiden Seiten anbraten. Hitze runterdrehen und den Fisch weiter gar ziehen lassen. Dabei einen guten Esslöffel Butter mit Thymian und Knoblauch in die Pfanne geben und die flüssige Butter immer wieder über den Fisch löffeln, um ihm zusätzlichen Geschmack zu geben.
5. Zum Anrichten zunächst einen Spiegel Sauce auf die Teller verteilen und das Fischfilet in die Tellermitte setzen. Bratkartoffeln links und rechts davon anrichten, Kartoffelstroh auf den Fisch setzen.

Guten Appetit!

Rezept: Reyad Danah, Restaurant „Shiraz“, Wuppertal