



Fische - Schmidt

Wein & Menü

Weißer Heilbutt auf Zitronenmöhren mit karamellisierten Frühlingszwiebeln

6 Personen

1200 Gramm Heilbuttfilet

500 Gramm Möhren

1 Bd. Frühlingszwiebeln

80 Gramm Butter

2 TL. Mehl

200 ml Gemüsefond - 100 ml Weißwein - 125 ml Sahne

3 EL. Zitronensaft - 1 EL Zitronenschale

Salz

Tasmanischer Pfeffer

Weißer Pfeffer

1 TL. Brauner Zucker

1 Bd. Schnittlauch

Die Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln 5 Zentimeter oberhalb der Knolle abschneiden. Das Grün aufbewahren und z.B für Tomatensalat verwenden. Möhren in Butter kräftig anschwitzen, dann mit Mehl bestäuben, kurz weiter dünsten. Dann mit Fond, Wein und Sahne ablöschen. Etwa 5 Minuten bei geringer Hitze köcheln, dann mit dem Zitronenabrieb würzen und mit dem Zitronensaft abschmecken. Salzen und weißer Pfeffer. Die Frühlingszwiebeln in Butter in einer Pfanne kräftig anschwitzen, braunen Zucker hinzugeben und goldgelb ausbraten.

Heilbuttfilet abtupfen, salzen und leicht mehlieren. In Butter braten bis eine Hälfte braun ist, dann umdrehen oder im Backofen bei 160 Grad etwa 2-3 Minuten nachziehen lassen. Dann mit Tasmanischem Pfeffer würzen.

Kurz vorm servieren mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Weinempfehlung:

Weißburgunder 2016 Weingut Kirsten/Mosel 12,90 €

Fische Schmidt • Eppendorfer Baum 18 • 20249 Hamburg

Mo.- Fr. 07.00 - 19.00 Uhr • Sa. 07.00 - 14.00 Uhr

Tel: 040/476208 • Fax: 040/476208

Wein & Menü • Joachim Weretka

j.weretka@alice-dsl.net

0171 / 23 89 777

