

In Kümmel gebratener Seeteufel mit Brokkoli

Für zwei Personen

250 g Seeteufelfilet	1 festk. Kartoffel	100 g Brokkoli
1 Karotte	2 Knoblauchzehen	6 Scheiben rote Beete
1 Zitrone	1 Lorbeerblatt	1 TL ganzer Kümmel
1 Muskatnuss	2 TL gemahlener Kümmel	2 TL getrockneter Majoran
1 getrocknete rote Chilischote	braune Butter	20 g kalte Butter
250 ml Gemüsefond	60 g Sahne	Chilisalz, Cayennepfeffer
Braune Butter	Salz, Pfeffer	

Die Kartoffel und die Karotte schälen und in kleine Würfel schneiden. Eine Knoblauchzehe, das Lorbeerblatt und die Chilischote halbieren, den Knoblauch vorher abziehen und alles im Gemüsefond weich garen. Anschließend den Knoblauch, das Lorbeerblatt und die Chilischote wieder entfernen. Die Sahne dazugeben und mit Majoran, Kümmel und Zitronenschale würzen. Anschließend die kalte Butter hinzufügen und pürieren. Noch mal abschmecken und eventuell nachwürzen. Den Brokkoli in Röschen teilen und kurz in heißem Wasser blanchieren. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Etwas braune Butter erhitzen und den Knoblauch anbraten. Den Brokkoli in der Butter schwenken und mit Salz, Muskat und Cayennepfeffer abschmecken. Etwas Zitronenabrieb über den Brokkoli geben. Das Fischfilet waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Mit Kümmel bestreuen und in brauner Butter von jeder Seite scharf anbraten. Anschließend die Pfanne vom Herd nehmen und nachziehen lassen. Mit Chilisalz würzen. Sechs Scheiben rote Beete in einer Pfanne mit brauner Butter erwärmen. Die Soße nochmals mit dem Pürierstab aufschäumen und auf einem Teller anrichten. Jeweils drei Scheiben Fisch und rote Beete abwechselnd aufeinander legen, den Brokkoli ebenfalls auf den Teller geben und servieren.

Bettina Gaumitz am 25. Oktober 2012