

Seezunge mit Erdäpfel-Vogerl-Salat und Sauce Tartare

Für zwei Personen

Für die Egli-Filets:

2 Seezungenfilets à 150 g	3 Zweige glatte Petersilie	3 Eier
2 EL glattes Weizenmehl	Butterschmalz	Olivenöl

Für die Kartoffeln:

400 g festk. Kartoffeln	300 g Feldsalat	1 rote Zwiebel
100 ml Apfelessig	50 ml Rapsöl	Salz, Pfeffer

Für die Sauce Tatare:

2 Eier	2 EL Senf	100 ml Olivenöl
1 Zitrone (Saft)	250 g Naturjoghurt (3,5%)	50 g Essiggurken
1 Zweig glatte Petersilie	50 g Kapern	50 ml Essig
Salz	Pfeffer	

Für die Egli-Filets:

Ofen auf 170 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Seezungenfilets waschen und trocken tupfen. 1 Seezungenfilet mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne mit Olivenöl braten. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und kleinhacken. Eier mit Kräutern verquirlen und das andere Filet darin panieren und anschließend in einer Pfanne mit Butterschmalz ausbraten.

Für die Kartoffeln:

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen und die Kartoffeln darin gar kochen. Anschließend abziehen und fein schneiden. Salat abbrausen und trocken wedeln. Zwiebel abziehen und kleinhacken. Aus dem Apfelessig, Rapsöl, Zwiebel, Salz und Pfeffer eine Marinade rühren und über die Kartoffeln und den Feldsalat geben.

Für die Sauce Tatare:

Ein Ei und Senf in einen Rührbecher geben und mit dem Schneebesen des Handrührgeräts kurz verrühren. Das Öl tröpfchenweise einrühren, bis sich Öl und Eigelb zu einer glatten Creme verbunden haben. Dann das restliche Öl in einem dünnen Strahl langsam unter ständigem Rühren zugießen und so lange aufschlagen, bis eine dickcremige Mayonnaise entsteht. Zum Schluss 1 EL Zitronensaft unter die Mayonnaise rühren. Mayonnaise mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Mayonnaise mit Naturjoghurt und Essig vermengen. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und Blätter abzupfen. Petersilie und Essiggurken klein schneiden. Das Ei hartkochen und zusammen mit den Kapern ebenfalls klein schneiden und untermischen.

Zweierlei von der Seezunge mit Erdäpfel-Vogerlsalat und Sauce Tartar auf Tellern anrichten und servieren.

Dolores Gächter-Ritter am 23. März 2017