

Pannfisch mit Bratkartoffeln

Für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Zanderfilets, à 200 g	2 Kabeljaufilets, à 200 g	Mehl
Öl	Salz	

Für die Bratkartoffeln:

200 g vorgek., festk. Kartoffeln	150 g Speck mit Schwarte	2 Zwiebeln
$\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch	Öl	Salz, Pfeffer

Für die Senfsauce:

50 g grober Senf	50 g m.-scharfer Senf	2 Zwiebeln
2 Schalotten	50 g Butter	150 ml Milch, 3,5%
150 ml Sahne	Muskatnuss	

Für den Fisch:

Kabeljau und Zander von beiden Seiten salzen und in Mehl wenden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Filets darin anbraten, nach 3-4 Minuten wenden und ziehen lassen.

Für die Bratkartoffeln:

Schwarte vom Speck trennen und den Speck würfeln. Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln abziehen und in Scheiben schneiden. Öl in eine Pfanne geben, Kartoffeln dazugeben und leicht anbraten. Dann die Speckschwarte hinzufügen. Kartoffeln salzen, pfeffern und Speckwürfel sowie Zwiebeln hinzugeben. Schnittlauch fein hacken und darüber geben.

Für die Senfsauce:

Schalotten und Zwiebeln abziehen und klein schneiden. Butter in einem kleinem Topf erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen. Zwiebeln dazugeben und mit Milch und Sahne aufgießen, mit Muskatnuss würzen und köcheln lassen. Zwiebel-Milch-Mix pürieren bis keine Stücke mehr vorhanden sind. Senf dazugeben und unter ständigem Rühren andicken lassen.

Zu dem Gericht passt noch ein frischer Gurkensalat.

Zora Klipp am 13. Februar 2025