

Wolfsbarschfilet auf Peperonirauten

Rezept vom Gasthof Eisenbahn, Weinfelden

Zutaten:

(Rezept für 4 Personen)

4 Stück	Wolfsbarschfilet à 80 g ganz frisch
0,5 dl	Verjus (Saft aus unreifen Weintrauben)
je ½	grüne, gelbe und rote Peperoni
wenig	Salz und Pfeffer aus der Mühle
4 cl	Basilikumöl
4	Sträusslein Basilikum
4 Port.	Pariser Kartoffeln (Kartoffelkugel ausgestochen)



Zubereitung: Die Wolfsbarschfilets mit einem Küchenpapier abtupfen. Mit dem Verjus leicht beträufeln. Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen und leicht mehlen. Den Fisch in einer Teflonpfanne auf beiden Seiten goldgelb braten. Braten Sie den Fisch immer zuerst auf der Haut, er präsentiert sich schöner. Warmstellen.

Die Peperoni in Rauten schneiden und waschen. In Olivenöl mit wenig Temperatur, ohne Farbe nehmen zu lassen, anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Verjus würzen.

Die Peperoni in der Mitte des Tellers geben und den Fisch mit der Hautseite nach oben darauf anrichten. Mit dem Basilikumöl umgießen und einige Basilikumblätter als Dekor verwenden. Die ausgestochenen Kartoffelkugeln in Oel goldgelb braten, leicht salzen und rund um den Fisch anrichten.