



Fischfilet auf Rote Bete-Zwiebel Sauce mit Maxim-Kartoffeln

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Schmeckt hervorragend, ein interessanter, geschmacklicher Kontrast

Zutaten

- 4 Stück Heilbutt - Steinbutt- Rotbarsch oder Forellenfilet à 200 g, küchenfertig
- Saft einer 1/2 Zitrone
- Etwas Butter zum Braten
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- Rote Bete-Zwiebel Sauce:
 - 100 ml pürierte rote-Bete aus ca. 5 kleinen Rote-Bete-Knollen
 - 100 g rote Zwiebeln in dünnen Streifen
 - 1 EL Himbeer Essig
 - 60 g kalte Butter
 - 1 Spritzer Zitronensaft
 - 1 kleine Prise Zucker
- Für die Maxim-Kartoffeln
 - 500 g mittelgroße, mehlig kochende Kartoffeln
 - 60 g geklärte Butter
 - 1 Strich Muskatnuss, Salz, Pfeffer

Zubereitungsart

Schritt1

Die Maxim-Kartoffeln:

Schritt2

Die geschälten Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden und in 4 Backringe, ca. 4 cm hoch einschichten.

Schritt3

Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss mischen, jede Lage leicht würzen und mit der flüssigen Butter bestreichen.

Schritt4

In eine Pfanne oder das flache Backblech geben und bei 160 ° C ca. 35 min. garen, die Ringe nach 20 min. einmal wenden.

Schritt5

Die Rote Bete-Zwiebel Sauce:

Schritt6

Zunächst die rote Bete mit dem Stabmixer grob pürieren; die Zwiebelstreifen in etwas Butter glasig andünsten, etwas Zucker dazu geben und mit dem Himbeer Essig ablöschen. Die pürierte rote Bete dazu geben, ca. 10 min. leise köcheln lassen.

Schritt7

Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, kurz vor dem Servieren die kalte Butter einrühren.

Schritt8

Die Fischfilets:

Schritt9

Unter fließendem Wasser waschen und wieder trocken tupfen, auslegen. Mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffer, leicht mit etwas Mehl bestäuben.

Schritt10

In aufschäumender Butter braten, dabei immer wieder mit der Bratbutter übergießen. Appetitlich Farbe nehmen lassen, nicht übergaren, saftig halten.

Schritt11

Anrichtevorschlag:

Schritt12

Auf vorgewärmten Tellern zunächst die Maxim Kartoffeln, das Fischfilet placieren und die rote Bete Sauce drum herum geben.

Rezeptart: Warme Fischgerichte

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/fischfilet-auf-rote-bete-zwiebel-sauce-mit-maxim-kartoffeln/>