



# 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/>