

Gedünsteter Kabeljau auf Spargel mit Kartoffeln und Eierbutter

- **Küche:** Französisch
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Saisonal-sommerlich, fleischlos, naturbelassen, voller Aromen nach provenzalischer Art. Jetzt schmeckt man den Frühling!

Zutaten

- 4 Kabeljaufilets à 180 g, küchenfertig
- 2 El Zitronensaft
- 2 El TK Provenzalische Kräuter
- 600 g Kartoffeln in 2 cm großen Würfeln
- 250 g weißer Spargel, gewaschen
- 250 g grüner Spargel, gewaschen
- 1 Stange Porree, geputzt, gewaschen, in dünnen Ringen
- 1 hart gekochtes Ei, gewürfelt
- 80 g Butter
- 50 ml trockener Weißwein
- 4 El Creme fraiche
- 2 EL Zitronensaft
- ½ Beet frische Kresse
- Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle, 1 Prise Zucker

Zubereitungsart

Schritt1

Den weißen Spargel herkömmlich schälen, die holzigen Enden kappen. Den Grünen, falls erforderlich, im unteren Drittel schälen, ebenfalls kappen. Schräg in 3 - 4 cm lange Stücke schneiden.

Schritt2

Den Kabeljau unter fließendem Wasser waschen, wieder trocken tupfen und mit dem Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern und mit den Provencealische Kräutern belegen, marinieren.

Schritt3

Die Kartoffelwürfel und den Spargel in einem breiten, flachen Topf mit Salzwasser bedecken, knapp weich kochen, abgießen. Creme fraiche und den Weißwein aufgießen, darüber die Kabeljaufilets legen. Deckel drauf, ca. 10 min. leise köcheln lassen.

Schritt4

Den Fisch prüfen, er sollte leicht glasig und nicht übergart sein, das Kartoffel - Spargelgemüse mit einer kleinen Prise Zucker nachschmecken.

Schritt5

Auf vorgewärmten Tellern anrichten, den Fisch darauf geben und die Gekonntgekocht Eier Sauce und frische Kresse darüber verteilen.

Rezeptart: Fischgerichte, Warme Fischgerichte

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/geduensteter-kabeljau-spargel-kartoffeln-eierbutter/>