

# Pikanter norddeutscher Fischsalat mit Kräutern

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 6
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '6', 'yield' : '' });
```

Wer von Fischsalat hört oder redet, denkt dabei wohl zwangsläufig an den guten alten Heringssalat. Völlig zurecht - schmeckt er doch mit frisch gekochten Pellkartoffeln einfach traumhaft. Dass es aber nicht immer nur Hering sein muss, beweist dieses Rezept. Ganz nach Gusto können Sie verschiedene Fischarten wie z.B. Seelachs, Blauleng oder Kabeljau verwenden und sogar kombinieren. Dabei entstehen geschmacklich spannende Kombinationen, denn jeder Fisch hat seinen ganz eigenen, unverkennbaren Geschmack und Biss.

## Zutaten

- 1 kg Rotbarschfilet (oder Seelachs, Blauleng, Kabeljau)
- Für die Marinade:
  - 1 L Gemüsebrühe
  - 0,7 L trockener Weißwein
  - 1 kleine Stange Frühlingslauch, grob gewürfelt
  - 100 g Petersilienwurzel, grob gewürfelt
  - 7 El Öl
  - 400 g Tomaten, gebrüht, abgezogen, entkernt, in Streifen oder grobe Würfel
  - 100 g Knollensellerie, grob gewürfelt
  - 1 kleines Bündchen Basilikum in groben Streifen
  - 1 Bündchen glatte Petersilie, gezupft
  - 0,5 Bündchen Dill, gezupft
  - 1 mittelgroße Zwiebel, grob gewürfelt
  - 1 Lorbeerblatt, 1 El weiße Pfefferkörner, 2 Wacholderbeeren
- **Das Dressing:**
  - 1 Schalotte, gewürfelt
  - 5 El Weißweinessig
  - Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, etwas Zucker
  - 1 Bund Schnittlauch, gehackt
  - 40 g Kapern

## Zubereitungsart

### Schritt1

#### Die Marinade:

### Schritt2

Am Vortag den Porree, Petersilienwurzel, Sellerie und die Zwiebel mit den Dillstängeln, Lorbeer, Pfefferkörnern, Wacholder, Weißwein und 1,5 - 2 l kaltem Wasser ca. 20 min. leise auskochen.

Die Fischstücke in die kochende Marinade geben, den Topf zurück ziehen und ca. 10 - 15 min. ziehen lassen. Über Nacht auskühlen - ausziehen, Geschmack annehmen lassen.

### Schritt3

Am nächsten Tag die Fischfilets heraus nehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen.

### Schritt4

Aus dem Essig, Salz, Pfeffer, Zucker, der Schalotte und dem Öl einen Dressing rühren, mit dem Stabmixer pürieren, die Fischwürfel damit marinieren.

### Schritt5

Die Kapern, den Dill, Petersilie, Schnittlauch, Tomatenstreifen und die Fischstücke vorsichtig unterheben, pikant nachschmecken und ca. 1 Stunde „durchziehen“ lassen.

### Schritt6

Mit knusprigem Baguette oder Zwiebelbratkartoffeln zu Tisch geben.

**Rezeptart:** Kalte Fischgerichte, Schleswig-Holsteinisch **Tags:** kabeljau, kabeljaufilet, lachs, rotbarsch

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/pikanter-norddeutscher-fischsalat-kraeutern/>