

Ragout von Seefischen und Stampfkartoffeln

- **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' : '' });
```

Beliebtes Fischragout der „kleinen Leute vom Hafen“, fast vergessen, modern überarbeitet

Zutaten

- 500 g frisches Fischfilet
- (Rotbarsch, Blauleng, Scholle, Schellfisch oder Dorsch, auch etwas Lachs darf dabei sein)
- 1 große, frische Möhre in Streifen
- 150 g Lauch in Streifen
- 50 g Knollensellerie in Streifen
- 1 Zwiebel, halbiert, in Scheiben
- 1/2 Bündchen Schnittlauch, gehackt
- 1 Zitrone
- 1 El Butter
- 1/2 l Fischfond (Ev. aus den Gräten selber gekocht)
- 1 El Mehl
- 100 ml trockener Weißwein
- 125 ml flüssige Sahne
- 1 Eigelb
- Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Der Ansatz:

Schritt2

Die Zwiebel mit dem Streifengemüse in der Butter glasig anschwitzen und mit 1 El Mehl bestäuben. Etwas leise schwitzen lassen, den Topf zurück ziehen. Zunächst mit dem kalten Weißwein und dem Fischfond aufgießen, glatt rühren, ca. 10 min. leise köcheln lassen.

Schritt3

In der Zwischenzeit den Fisch unter fließendem Wasser waschen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Schritt4

Mit Zitronensaft beträufeln, zur Sauce geben und ca. 8 min. unterhalb des Siedepunkts ziehen, garen lassen. Nicht rühren und übergaren, saftig halten.

Schritt5

Die Sahne mit dem Eigelb verquirlen, dazu geben, nicht mehr kochen lassen.

Schritt6

Pikant mit Zitronensaft nachschmecken und den Schnittlauch dazu geben.

Schritt7

Anrichtevorschlag:

Schritt8

Mit einem rustikalen Kartoffelstampf oder Kartoffel Pürée reichen, ev. in einem Kartoffelkranz anrichten.

Schritt9

Rezeptart: Hamburgisch

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/ragout-von-seefischen-und-stampfkartoffeln/>