

Frisch gekocht
Freitag, 07. April 2017



Rezept von Alexander Fankhauser

Filet von Kabeljau auf Chorizo-Risotto

30 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

600 g Kabeljau, Salz, Pfeffer, Senf, 2 EL gehackte Petersilie, Brösel, Mehl, Öl und Butter zum Braten; 120 g Risottoreis, 3 gehackte Schalotten, 1 Schuss Weißwein, 150 g Chorizo, 2 Zweige Rosmarin, 3 EL geriebener Parmesan, 500 ml Gemüfefond, 80 g kalte Butterflocken, Olivenöl; 250 ml kräftiger Rotwein, 2 EL Zucker, 20 g Butter, 1 TL Mehl.

Zubereitung

Vom Fischfilet die Haut wegschneiden. Das Fischfilet auf der Innenseite mit Senf bestreichen und mit gehackter Petersilie bestreuen. Mit Salz und Pfeffer würzen, zuerst mit Brösel, dann mit Mehl bestreuen.

Das Fischfilet auf der Kräuterbröselseite in einer beschichtete Pfanne in etwas Öl und Butter knusprig anbraten. Danach wenden und im auf 180 °C vorgeheiztem Rohr in 5 bis 6 Minuten zu einem glasigen Kern braten.

Für das Risotto die gehackten Schalotten in Olivenöl anschwitzen. Die in Würfel geschnittene Chorizo zugeben und kurz mitbraten. Dann den Risottoreis kurz mitdünsten und mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Nach und nach mit Gemüfefond aufgießen, bis der Reis bissfest gekocht ist; dabei immer wieder gut umrühren. Zum Schluss den Parmesan mit den kalten Butterflocken einrühren.

Für die Sauce in einem Topf den Rotwein mit dem Zucker einkochen. Die handwarme Butter mit dem Mehl verkneten und die Rotweinreduktion damit leicht binden.

Den gebratenen Kabeljau auf dem Risotto anrichten, die Sauce rundherum ziehen und mit Rosmarin garnieren.