

**Frisch gekocht**  
**Donnerstag, 29. September 2016**



**Rezept von Lisl Wagner-Bacher**

## Heilbutt auf weißen Zwiebeln

**25 Minuten/leicht**



---

### Zutaten für 4 Personen

4 Heilbuttfilets à 130 g, 100 g Fischfond, 150 g Geflügelfond, 4 weiße Zwiebeln (geschält), Zucker, trockener Wermut (Noilly Prat), Currypulver, Chili, Salz, Butter zum Braten, eiskalte Butter zum Montieren.

Für die Gnocchi:

500 g mehliges Erdäpfel (am Vortag in der Schale gekocht), 200 g griffiges Mehl, 50 g Grieß, 2 Eier, Muskatnuss, Salz, 40 g zerlassene Butter, etwas Butter zum Schwenken.

Schnittlauch zum Garnieren

### Zubereitung

Die Zwiebeln halbieren, in Streifen schneiden und mit etwas Butter und Zucker anschwitzen. Mit einem Schuss Wermut ablöschen, etwas Geflügelfond zugießen und im vorgeheizten Rohr bei 150 °C ca. 12 Minuten schmoren.

Für die Gnocchi die gepressten Erdäpfel mit Mehl, zerlassene Butter, Grieß, Eiern, Salz und Muskatnuss vermengen, zu einem Teig kneten und kurz rasten lassen. Den Teig zu einer Rolle formen und kleine Stücke abschneiden. Diese zu Kugeln rollen und über die Zinken einer Gabel zu Gnocchi formen. In kochendes Salzwasser einlegen und so lange ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche aufsteigen. In etwas Butter schwenken und mit Schnittlauch bestreuen.

Den Geflügel- und Fischfond mit Salz, Curry, Chili und Wermut abschmecken, etwas einkochen und den Heilbutt einlegen. Bei mäßiger Hitze zugedeckt nur ziehen lassen, damit die Filets innen schön glasig bleiben.

Die geschmorten Zwiebeln in tiefe Teller geben, die Flüssigkeit noch etwas einreduzieren und mit eiskalter Butter montieren. Die Sauce zugießen, den Fisch darauf legen und mit den Gnocchi servieren.