

Frisch gekocht
Freitag, 13. Jänner 2017



Rezept von Alexander Fankhauser

Pot-au-feu vom Kabeljau und Bouchot-Muscheln

35 Minuten/ aufwendig



Zutaten für 4 Personen

4 Kartoffeln (speckige Sorte), Salz, Pfeffer, 4 gehackte Schalotten, Olivenöl, 1 Karotte (in Perlen/kleine Kugeln ausgestochen), 1 Zucchini (in Perlen/kleine Kugeln ausgestochen), 1 gelbe Rübe (in Perlen/kleine Kugeln ausgestochen), 1 kg Bouchot-Muscheln, 6 Knoblauchzehen, 125 ml Weißwein, 200 g Kabeljau, 2 Tomaten (geschält, Fruchtfleisch würfelig geschnitten), 1/2 Bund Petersilie (Blätter abgezupft, fein geschnitten).

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen, in gleich große Stücke schneiden und in Salzwasser weich kochen. In einem geräumigen Topf die Schalotten in Olivenöl glasig anschwitzen. Die Muscheln zugeben und kurz mitrösten. Den gehackten Knoblauch zugeben und mit Weißwein ablöschen. Einige Minuten ziehen lassen bis sich die Muscheln öffnen (geschlossenen Muscheln aussortieren). Den Fond durch ein feines Sieb abseihen und die Gemüseperlen darin kurz ziehen lassen.

Kabeljau in gleich große Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und im Fond bei wenig Hitze pochieren. Tomatenwürfel und vorgekochte Kartoffeln zugeben und mit den Muscheln dekorativ auf Tellern anrichten. Mit frisch geschnittener Petersilie bestreut servieren.