

Frisch gekocht
Freitag, 23. Dezember 2016



Rezept von Andreas Wojta

Karpfenfilet mit Lebkuchenblatt und Pflaumenwein

35 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

4 geschöpfte Karpfenfilets à 130 g, etwas Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Öl; 4 fingerdicke Apfelscheiben (mit Schale), 60 ml Pflaumenwein, 1 EL Apfelessig, 1 EL Honig, 1 EL kalte Butter.

Für das Lebkuchenblatt: 50 ml Orangensaft, 30 g glattes Mehl, 100 g Lebkuchenbrösel, 60 g zerlassene Butter, 1 Msp. Lebkuchengewürz, Salz.

Zubereitung

Die Karpfenfilets auf beiden Seiten mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Die Karpfenfilets auf der Hautseite in etwas Öl in einer beschichteten Pfanne goldgelb braten, wenden und nur mehr kurz braten. Die gebratenen Karpfenfilets herausnehmen und warm stellen.

In den Bratenrückstand etwas Butter und Honig zugeben und die Apfelscheiben beidseitig braten. Mit Pflaumenwein und Apfelessig ablöschen und mit kalter Butter montieren. Für das Lebkuchenblatt Orangensaft, Mehl, Lebkuchenbrösel, zerlassene Butter, Lebkuchengewürz und eine Prise Salz vermischen. Die Masse zwischen Backpapier dünn ausrollen. Im Rohr bei 160 °C etwa 15 Minuten backen, danach auskühlen lassen und in gleichmäßige Teile brechen.

Karpfenfilet mit der Sauce und dem Lebkuchenblatt auf Tellern anrichten.