

Schmeckt perfekt



Rezept von Lisl Wagner-Bacher

Mit Wurzeln gefüllte Seezunge

40 Minuten / aufwendig



Zutaten für 4 Personen

4 Seezungen à 400 g, Weißbrotwürfel, Butterschmalz und Butter zum Braten, Olivenöl, Thymian- und Rosmarinzweig, Salz.

Für die Gemüsefülle: je 100 g Knollensellerie, Stangensellerie, gelbe Rüben, Karotten, 200 g Erdäpfel, Butter, Thymianzweig, Salz, Pfeffer.

Für die Speck-Velouté: ½ Sellerieknolle, 1 weiße Zwiebel, 2 Stangen Sellerie, ½ weißer Lauch, 3 Scheiben Speck (oder für eine vegetarische Variante 3 Scheiben geräucherter Aal), 400 g zerlassene Butter, 50 ml Obers, 125 ml Fischfond (oder Gemüsefond), Salz, Pfeffer, etwas Mehl zum Stauben, etwas kalte Butter, Thymian.

Außerdem: ganzer Schnittlauch und knusprige Speckwürfeln zum Anrichten.

Zubereitung

Für die Velouté die Speckscheiben im Ganzen in Butter anbraten, Zwiebel, Sellerie, Lauch, Stangensellerie grob würfeln und zugeben. Alles salzen und pfeffern, mit etwas Mehl stauben und mit dem Fond aufgießen. Kurz aufkochen und köcheln lassen. Speck entfernen und mit etwas Obers aufgießen. Aufkochen, mit dem Stabmixer anmixen und anschließend durch ein Sieb passieren. Restliches Obers, Thymian und etwas kalte Butter zugeben und schaumig aufmixen.

Das Wurzelgemüse und die Erdäpfel in kleine Würfel schneiden und in Salzwasser blanchieren. Stangensellerie ebenfalls in kleine Würfel schneiden und mit etwas Thymian in Butter anbraten. Die blanchierten Gemüsewürfel zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und kurz mitschmoren.

Die Seezungen häuten, etwas zuschneiden, dann salzen und in den Weißbrotbröseln wenden. Abklopfen und in einer Pfanne mit Butterschmalz, Olivenöl, Rosmarin und Thymian auf beiden Seiten braten. Zum Schluss noch mit Butter übergießen. Anschließend filetieren, auf Tellern anrichten, mit dem Gemüse füllen und etwas Velouté zugießen. Restliche Velouté in einer Saucière servieren. Den Fisch abschließend mit Schnittlauch und knusprigen Speckwürfeln garnieren.