

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Dalmatinisches Brudet mit Polenta

Koch: Mario Bernatovic

Zutaten

(für 4 Personen)

Für das Brudet

- 1 kg Drachenkopf (od. Seeteufel)
- 1 Languste (od. Hummer)
- 1 Handvoll gemischte Muscheln
- 2 Zwiebeln
- 4 EL in Ringe geschnittene Petersilienstängel
- 10 Knoblauchzehen
- ½ Fenchelknolle
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Rosmarinzweig
- 250 ml Weißwein
- 30 ml Rotweinessig
- 300 ml passierte Tomaten
- 1 l Fisch- oder Krustentierfond
- 100 g Tomaten
- Salz
- Kristallzucker
- Pfeffer aus der Mühle
- Olivenöl zum Anbraten

Für die Polenta

- 1 l Gemüsefond
- 130 g Maisgrieß
- 2 Lorbeerblätter
- 50 g geriebener Parmesan
- 50 g Olivenöl
- 50 g Butter
- Salz
- geriebene Muskatnuss

Für die Garnitur

- gehackte Petersilie

Zubereitung

1. Für das Brudet den Fisch putzen und filetieren. Die Languste ebenfalls putzen und mit der Schale in grobe Stücke schneiden.

2. Dann etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und die in dünne Streifen geschnittenen Zwiebeln und die in feine Ringe geschnittenen Petersilienstängel darin andünsten. Die Lorbeerblätter, den blättrig geschnittenen Knoblauch, den in kleine Würfel geschnittenen Fenchel und den gehackten Rosmarin zugeben und kurz mitdünsten.

3. Für die Polenta den Gemüsefond mit den Lorbeerblättern in einem Topf aufkochen lassen und mit Salz geriebener Muskatnuss würzen. Dann den Maisgrieß einrieseln lassen und unter ständigem Rühren 20 Minuten auf leiser Flamme köcheln lassen. Die Polenta mit geriebenem Parmesan, einem Schuss Olivenöl und Butter montieren und anschließend auf ein mit Olivenöl beträufeltes Holzbrett gießen und darauf fest werden lassen.

Tipp: Andere Beilagen zum Brudet wären auch hausgemachte Pasta oder Weißbrot.

4. Nun das Brudet mit dem Weißwein und dem Rotweinessig ablöschen, die passierten Tomaten zugeben, mit dem Fischfond aufgießen und mit Salz, Kristallzucker und Pfeffer würzen. Den Sud auf die gewünschte Konsistenz reduzieren lassen und die gesalzene Fischfilets und die Languste beigegeben. Alles zugedeckt zirka 5 Minuten köcheln lassen.

5. Die Tomaten 30 Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, herausnehmen und die Haut abziehen. Danach in kleine Würfel schneiden und gemeinsam mit den Muscheln zum Fisch geben.

Info: Ein Brudet wird ab jetzt nicht mehr gerührt, sondern nur mit dem Topf geschwenkt, sodass der Fisch nicht zerfällt.

6. Zum Schluss das Brudet in einem tiefen Teller anrichten und mit gehackter Petersilie bestreuen. Die Polenta in Streifen schneiden und dazu servieren.