

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Fisch im Ganzen mit Petersilienkartoffeln

Koch: Markus Luger

Zutaten

(4 Personen)

Für den Fisch

- 4 Weißfische (Barben) im Ganzen (ausgenommen und geschuppt)
- 4 EL Gewürzmischung

Für die Gewürzmischung

- 2 EL Salz
- 2 EL Paprikapulver (edelsüß)
- Abrieb einer Zitrone (getrocknet)
- 2 Zweige Rosmarin (gehackt)

Für die Beilage

- 400 g Kartoffeln (festkochend)
- 1 Bund Petersilie
- 2 EL Butter
- Salz

Für die Garnitur

- frische Petersilie

Zubereitung

- 1.** Für die Beilage die Kartoffeln waschen, schälen, in Würfel schneiden und in einem großen Topf in gesalzenem Wasser weichkochen.
- 2.** Für die Gewürzmischung zuerst den Rosmarin ganz fein hacken und in einer Schüssel mit dem Salz, dem edelsüßen Paprikapulver und dem getrockneten Zitronenabrieb vermengen.
- 3.** Nun die ausgenommenen, entgräteten Weißfische mit der Gewürzmischung einreiben und in glattem Mehl mehlieren. Anschließend die Fische im Ganzen in einer Pfanne mit heißem Pflanzenöl bei mittlerer Hitze goldig und knusprig anbraten. Danach auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen.
- 4.** Währenddessen die weichgekochten Kartoffeln aus dem Kochwasser nehmen und die Petersilie hacken. Nun die Butter in einer großen Pfanne zerlassen und die geschälten Kartoffeln gemeinsam mit der Petersilie hineingeben. Die Kartoffeln und die Petersilie in der Butter schwenken und leicht salzen.
- 5.** Zum Schluss je einen Fisch im Ganzen auf einem flachen Teller anrichten. Die Petersilienkartoffeln dazugeben und mit frischer Petersilie garnieren. Servieren und genießen.