

Rezept aus „Silvia kocht“

Fotocredit: Daniel Scherrer



Gebratener weißer Weller mit Korinthen-Portwein-Vinaigrette und Sumach-Zwetschgen

Koch: Jakob Neunteufel

Zutaten

(4 Personen)

Für den Fisch

- 4 weiße Welsfilets mit Haut á 180-200 g
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Rosmarinzweig
- 1 EL Butter
- Salz
- Rapsöl zum Braten

Für die Vinaigrette

- 3 EL Korinthen (oder dunkle Rosinen)
- 3 EL Kapern
- 250 ml dunkler Balsamicoessig
- 250 ml Portwein (Tawny Port)
- 1 Pkg. Rauchmandeln
- 250 ml kaltgepresstes Olivenöl
- ½ Bund Petersilie
- 2 Stangen Jungzwiebel

Für die Zwetschgen

- 1 Tasse Zwetschgen
- 2 EL Sumach
- 1 EL Honig

Quelle: ORF extra

- 1 Thymianzweig
- 80 ml Wasser
- Salz
- Olivenöl
- Alufolie

Zubereitung

1. Für die Korinthen-Portwein-Vinaigrette zuerst die Korinthen, die Kapern, den dunklen Balsamicoessig und den Portwein in einen Topf geben und auf kleiner Stufe köcheln lassen, bis die Flüssigkeit eine dickflüssige Konsistenz hat (wie Sirup). In der Zwischenzeit die Rauchmandeln grob zerkleinern und gemeinsam mit dem Olivenöl in die heiße Masse geben. Die Vinaigrette abkühlen lassen und vor dem Servieren die frisch gehackte Petersilie und den feingeschnittenen Jungzwiebel hineingeben.

Tipp: Ohne Petersilie und Jungzwiebel ist die Vinaigrette im Kühlschrank bis zu 8 Wochen haltbar.

2. Für die Sumach-Zwetschgen die Zwetschgen halbieren und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Nun die Zwetschgen mit dem Sumach, dem Honig, dem Thymianzweig, dem Wasser und etwas Salz sowie einem Schuss Olivenöl vermengen und mit Alufolie bedeckt etwa 15-20 Minuten bei 160° C Umluft im Rohr schmoren lassen.

3. Für den Fisch den Wels mit kaltem Wasser abspülen (frischer Wels ist oft sehr schleimig) und die Filets mit etwas Küchenpapier trocknen. Dann den Fisch von beiden Seiten salzen und mit der Hautseite in eine mit Rapsöl benetzte, beschichtete Pfanne geben. Den Fisch bei niedriger Temperatur etwa 10-15 Minuten braten lassen.

Tipp: Da die Haut des Wels sehr dick ist, braucht diese recht lange, bis sie knusprig wird.

4. Wenn die Haut vom Wels kross ist und die Filets auf der Oberseite fast durch sind, diese umdrehen und die Butter, den Rosmarinzweig und die angedrückten Knoblauchzehen in die Pfanne zu den Filets geben und 1-2 Minuten mit arrosieren. Danach die Filets aus der Pfanne nehmen.

Tipp: Beim Arrosieren am besten die Pfanne leicht hin- und herschwenken, sodass die Aromen von Rosmarin und Knoblauch sich verteilen und der Wels nicht kleben bleibt.

5. Zum Schluss die Fischfilets auf den noch warmen Sumach-Zwetschgen auf einem flachen Teller anrichten und mit der Korinthen-Portwein-Vinaigrette beträufeln.

Quelle: ORF extra