

REZEPTE zur Gourmetkiste

Aubergine-Paprika mit Knoblauchsoße

Zutaten:

für 4 Personen



Zubereitung:

Ca. 20 Min. + 30-60 Min. Ruhezeit

2 Auberginen

Auberginen waschen, halbieren und in Streifen schneiden. Mit Salz bestreuen und 30-60 Min. stehen lassen, bis sie Wasser ziehen.

1 Paprikaschote

Paprikaschote waschen und ganz fein würfeln.

1 handvoll Rübstiel

Vom Rübstiel die harten Stiele entfernen. Blätter waschen und hacken.

50 ml Olivenöl

Für die Soße Olivenöl, Rübstiel,

Oregano

Oregano,

3 Zehen Knoblauch

gehackten Knoblauch und

4 Prisen Salz

2 Prisen Salz in einen Mixer geben und ganz fein pürieren, bis die Soße sahnig wird. Die Auberginen trocken tupfen und in einer Pfanne von beiden Seiten weich braten. Anschließend die Paprikastückchen in der Pfanne garen und mit Salz und Pfeffer würzen.

1 Prise Pfeffer

Die Auberginen in eine flache Schüssel legen, die Paprika darüber verteilen und die Soße dekorativ darüber gießen.

Rübstiel mit Kartoffeln und Fischfilet

Zutaten:

für 4 Portionen



Zubereitung:

Ca. 60 Min.

4 Fischfilets (Limandes)

Rübstiel gründlich waschen und trocken schleudern. Blätter abzupfen und grob hacken. Stiele in 2-3 cm breite Stücke schneiden.

2 Bund Rübstiel

Brühe in einem Topf zum Kochen bringen und die Stiele ca. 1 Minute blanchieren, so dass sie noch knackig sind. Durch ein Sieb gießen, Brühe auffangen, wieder zum Kochen bringen und die Blätter kurz blanchieren.

750 ml Brühe

Durch ein Sieb abgießen und etwas Brühe für die Sauce aufbewahren.

600 g Kartoffeln

Kartoffeln schälen, waschen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. In etwas Brühe 10 Minuten kochen, abgießen und beiseite stellen.

3 Schalotten

Schalotten in sehr kleine Würfel schneiden.

Butter

Butter in einem Topf erhitzen und die Würfel glasig anschwitzen. Etwas Brühe angießen, Rübstiel dazugeben und vermischen. Stärke mit 1 TL Wasser vermischen und das Gemüse mit der Brühe binden. Mit Crème fraîche, etwas Zitronensaft sowie Pfeffer und Salz würzen.

2 TL Stärkemehl

2 EL Crème fraîche

Zitronensaft

Olivenöl

Pfeffer

Salz

Kartoffeln in einer beschichteten Pfanne in Butter bei mittlerer Hitze ringsherum braun braten. Zum Schluss salzen.

1 Ei Butter und 1 EL Olivenöl in einer großen Pfanne heiß werden lassen. Limandesfilets einseitig mehlen und mit der gemehlten Seite nach unten in die Pfanne geben und ca. 3-4 Minuten braten. Den Fisch wenden, salzen und die Pfanne von der Herdplatte schieben. Die Oberseite ist leicht gebräunt und die Resthitze der Pfanne reicht aus, um die Filets durchzugaren.