

Matjesfilet mit Paprikasauce und Gratinierten Kartoffeln

Zutaten:

Für 6 Personen

200g rote Paprikaschoten
200g grüne Paprikaschoten
1 Knoblauchzehe
100g Zwiebel
1 Teelöffel Kümmel
1 gestrichener Teelöffel Salz
1 Teelöffel dünn geriebene Zitronenschale
1 Prise Zucker
3 Teelöffel Paprikamark (Tube)
2 Becher Sahnejoghurt (a 150 g)
Tabasco
6 große Kartoffeln (ca. 750g)
200g Schafskäse
50g Butter oder Margarine
12 Matjesfilets
100g Feldsalat

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an fischrezepte@dstumpf.de. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

Paprika putzen, waschen und in dünne Streifen schneiden. Knoblauch und Zwiebeln schälen, Knoblauch durchpressen, Zwiebel fein würfeln. Den Kümmel zusammen mit dem Salz im Moerser zerquetschen. Alle vorbereiteten Zutaten mit Zitronenschale, Zucker und Paprikamark unter den Joghurt rühren und mit ein paar Tropfen Tabasco abschmecken. Sauce zugedeckt durchziehen lassen.

Inzwischen die Kartoffeln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten, in der Schale garen, abgießen und der Länge nach halbieren. Den Schafskäse in zwölf Scheiben schneiden, auf die Schnittfläche jeder Kartoffelhälfte eine Käsescheibe legen. Butter oder Margarine in Flöckchen darauf verteilen. Die Matjesfilets kurz wässern, trockentupfen, Portionsweise anrichten und mit der Paprikasauce überziehen. Mit geputztem und gewaschenem Feldsalat dekorieren. Die Kartoffeln kurz vor dem Servieren unter dem Grill goldbraun überbacken und dazu servieren.