

Kabeljau in Senfsauce

Zutaten:

Für 4 Personen

4 Kabeljaukoteletts (je 180 g)
1 Zwiebel
1 Zitrone
1/8 Liter trockener Weißwein
2 Esslöffel Butterschmalz
Schmand (125 g)
Fleischextrakt
Dijon-Senf
1 kleines Lorbeerblatt
weiße Pfefferkörner

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:

Kabeljaukoteletts säubern, mit Zitronensaft beträufeln, salzen. 1/2 l Wasser und 1/8 l Weißwein mit dem Lorbeerblatt u. einigen weißen Pfefferkörnern aufkochen. Den Fisch in die heiße (nicht kochende) Flüssigkeit geben. Etwa 20 Min. darin ziehen lassen. Für die Sauce 2 EL Butterschmalz erhitzen und darin die feingehackte Zwiebel andünsten. Schmand einrühren, 1 Messerspitze Fleischextrakt einrühren, einmal aufkochen lassen. 2-3 EL Dijon-Senf einrühren. Noch mal aufkochen und zusammen mit dem Fisch servieren.