

Seeteufel Badolaise

Zutaten:

für 2 Personen

8 Navetten, kleine weiße Rüben
12 Champignons
12 Silberzwiebeln
12 Markscheiben
300 ml dunkler Fond
400 ml Spätburgunder
2 kleine Seeteufelfilets

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:

Die Navetten waschen und mit den Silberzwiebeln in dunklem Fond weichkochen. Mit dem Rotwein aufgießen und bis zur gewünschten Konsistenz reduzieren, bereitstellen.

Den Seeteufel salzen und in der Pfanne heiß anbraten und für ca. 10 Minuten in den Ofen stellen.

Champignons und Markscheiben in der Pfanne anschwitzen und in die Sauce geben. Den Fisch aus dem Ofen nehmen und in Butter nachbraten. Alles zusammen servieren.