

# Seeteufel auf Zucchini-Ragout

## Zutaten:

für 4 Personen

280g Seeteufel  
Salz  
Pfeffer  
Mehl  
Olivenöl  
Butter

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

## Zucchini-Ragout

250g Zucchini; gewürfelt  
Olivenöl  
1 Schalotte fein gehackt  
1 Knoblauchzehe; fein gehackt  
Thymian; fein gehackt  
Majoran; fein gehackt  
1 Deziliter Rahm  
Salz  
Pfeffer  
2 Tomaten  
Petersilie fein gehackt

## Zubereitung:

Den Seeteufel in Medaillons schneiden, würzen, wenig mehlen und in der Pfanne mit Öl und Butter goldgelb anbraten.

Schalotte und Knoblauch in Öl anziehen lassen, Zucchini wie auch die Kräuter begeben und knackig dämpfen. Den Rahm bis zur Hälfte einkochen und am Schluss dem Gemüse begeben und nochmals gut abschmecken.

Die Tomaten einschneiden, den Ansatz herausschneiden und kurz in kochendes Wasser geben, bis sich die Haut zu schälen beginnt. Im kalten Wasser abschrecken und die Kerne herausnehmen, das Fleisch würfeln und kurz vor dem Servieren mit der Petersilie unter das Gemüse geben.