

# Stockfisch-Rote-Bete Auflauf

## Zutaten:

für 4 Personen

400g Stockfisch (in Salzkruste  
getrockneter norwegischer Kabeljau  
48 Stunden vorher einweichen, siehe  
Rezeptpunkt 1  
8 Gewürznelken  
3 Zweige frischer Thymian  
ersatzweise 1 1/2 Teelöffel  
getrockneter Thymian  
2 Lorbeerblätter  
6 vorwiegend festkochende Kartoffeln  
500g rote Bete  
1 mittelgroße Zwiebel  
3 Knoblauchzehen  
50g Butter  
3 Esslöffel Balsamicoessig  
Salz  
schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
2 Teelöffel gerebelter getrockneter  
Thymian  
Butter

## Für die Form

1 Becher süße Sahne 200g  
300 ml Milch  
geriebener Muskat  
4 Esslöffel Semmelbrösel

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.

## Zubereitung:

1. Den Stockfisch in Stücke teilen, so dass er in eine große Schüssel passt. Mindestens 48 Stunden mit Wasser bedeckt stehen lassen, dabei das Wasser mehrmals wechseln.
2. Nelken, Thymian und Lorbeerblätter in reichlich Wasser aufkochen, den Stockfisch darin 7-10 Minuten gar ziehen lassen. Dann den Fisch aus dem Sud nehmen, abkühlen lassen und in Stückchen von den Gräten und der Haut lösen. Den Fisch beiseite stellen.
3. Die Kartoffeln mit Wasser bedeckt in 15-20 Minuten gar kochen. Dann das Wasser abgießen und abschrecken, die Kartoffeln pellen und in Würfel schneiden. Rote Bete schälen und in kleine Würfel oder dünne Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken.
4. 20 g Butter in einer Kasserolle erhitzen, rote Bete, Zwiebel und Knoblauch anbraten. Mit Essig und 150 ml Wasser ablöschen, mit Salz, Pfeffer und getrocknetem Thymian würzen und zugedeckt bei schwacher Hitze 20 Minuten garen.
5. Elektro-Ofen auf 200 Grad vorheizen. Eine feuerfeste, flache Auflaufform mit Butter einpinseln. Abwechselnd Kartoffeln, rote Bete und Stockfisch hineinschichten. Sahne und Milch verquirlen, mit Salz, Pfeffer und einer guten Prise Muskatwürzen und über den Auflauf gießen. Die restliche Butter mit den Semmelbröseln verkneten und über den Auflauf verteilen. 20 Minuten auf der oberen Schiene im Backofen überbacken, bis eine knusprige Kruste entstanden ist (Gas: Stufe 3). Dazu schmeckt ein Glas Chianti. Dieses kräftige Gericht verträgt einen knackigen Begleiter, einen Roman-Salat mit feingeschnittenen Schalotten.

**Die Kochrezeptesammlung von [www.dstumpf.de](http://www.dstumpf.de)**