

Waller mir Spinat und Walnussbutter

Zutaten:

für 4 Personen

- 4 Wallerfilets a 180g
- 2 Esslöffel Zitronensaft;
evtl. mehr
- 3 Esslöffel Walnussöl
(1)
- 3 Esslöffel Walnussöl
(2)
- 1 Thymianzweig
- 1 Lorbeerblatt
- 1/8 Liter Fischfond (1)
- 3/8 Liter Fischfond (2)
- 100 ml Schlagsahne
- 50g Butter (1)
- 30g Butter (2)
- 50g Walnusskerne
- 1 Bund Petersilie
- 400g Spinat, geputzt
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle



Gekocht und fotografiert von:
Gregoria P. Suárez aus Berlin

Zubereitung:

Die Wallerhaut kreuzförmig einschneiden, damit sich der Fisch beim Braten nicht biegt. Die Filets von beiden Seiten mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.

Walnussöl 1 in der Pfanne erhitzen. Die Filets darin zuerst mit der Hautseite anbraten, dann umdrehen und kurz weiter braten. Thymian und Lorbeer zugeben. Fischfond 1 zugießen und einmal aufkochen. Die Pfanne vom Herd nehmen. Die Wallerfilets zugedeckt in etwa 15 Minuten gar ziehen lassen.

Inzwischen Fischfond 2 mit der Sahne aufkochen und in 10 Minuten bei starker Hitze um ein Drittel einkochen. Die sehr kalte Butter 1 in kleinen Stücken einschwenken. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und beiseite stellen.

Inzwischen für den Spinat, die Butter 2 mit dem Walnussöl 2 in einer großen Pfanne aufschäumen. Walnusskerne und Petersilienblätter zugeben. Die Spinatblätter nach und nach untermischen.

Den Spinat mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und bei milder Hitze 5 Minuten garen. Die Wallerfilets mit der Sauce und dem Spinat anrichten.