

Weinfondue mit Fisch

Kategorien: Fondue, Fisch

Zutaten für: 4-6 Persone

FÜR DAS FONDUE

800	Gramm	Festes Fischfilet (Victoriabarsch, Petersfisch, Rotbarsch Oder Lachs); bis 1/4 mehr
4	groß.	Garnelen
6	Essl.	Zitronensaft
2	Ltr.	Kräftige Fischbrühe; bis 1/ Mehr
2		
1/2	Ltr.	Trockener Weißwein (ersatzweise Fischbrühe) Salatblätter zum Anrichten

FÜR DIE KNOBLAUCH-MAYONNAISE

4		Knoblauchzehen
2		Sehr frische Eigelbe Salz - weißer Pfeffer
1/2	Döschen	Gemahlener Safran
1	Essl.	Zitronensaft
125	ml	Sonnenblumenöl

FÜR DEN KOKOSREIS

2	Essl.	Öel
250	Gramm	Langkornreis
7	Essl.	Kokosflocken
40	Gramm	Gehackte Mandeln
1/2	Ltr.	Hühnerbrühe

Anleitung:

1 Die Fischfilets kalt abspülen, trockentupfen und in 3 cm große Würfel schneiden. Garnelen und Fischwürfel mit dem Zitronensaft beträufeln, mit Klarsichtfolie abdecken, durchziehen lassen.

2 Für die Mayonnaise den Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Eigelbe mit Knoblauch, Salz und Pfeffer, Safran und Zitronensaft cremig rühren. Das Öl langsam nach und nach mit dem Schneebesen unterrühren, bis eine dickliche Mayonnaise entsteht. Kühl stellen.

3 Für den Reis das Öl in einem Topf erhitzen, Reis und 5 EL Kokosflocken darin anrösten. Die Mandeln untermischen und alles mit der Hühnerbrühe ablöschen. Zugedeckt in 15 Min. bei schwacher Hitze ausquellen lassen. Restliche Kokosflocken bei schwacher Hitze ohne Fett in einer Pfanne anrösten, über den Reis streuen.

4 Die Fischbrühe erhitzen, den Wein hinzufügen und den Fond in den Feuer- oder Fonduetopf gießen. Auf dem Rechaud heiß halten. Eventuell noch etwas nachwürzen. Den Fisch nach Sorten getrennt auf Salatblättern auf einer Platte anrichten. Mit Zitronenspalten garnieren. Fisch und Garnelen in der heißen Brühe garen und mit der Sauce und dem Reis essen.

Was sonst dazu schmeckt: Curry-Frischkäse-Dip (Seite 38), Remouladensauce (Seite 59), warme Senfsahne (Seite 64) und Sauce

Weinfondue mit Fisch

(Fortsetzung)

tartare (Seite 22).

Zubereitungszeit: 50 Min. Bei 6 Personen pro Portion etwa: 3020 kJ/
720 kcal 46 g EW/ 41 g F/ 39 g KH