Zopf von Seezunge und Lachs auf Champagnersahne

- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 35m

window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });

Eine edle Zubereitung für den besonderen Anlass, hier einfach gemacht!

Zutaten

- 1 große Seezunge (600 - 700g)
- 400 g frisches Lachfilet in Streifen á 100 g
- 250 g helles Suppengemüse (Zwiebeln, Sellerie, Möhre)
- 2 Schalotten, fein geschnitten
- 350 g weißer Spargel
- 350g grüner Spargel
- 40 g getrocknete Morcheln
- 1/4 l Champagner brut oder Sekt
- 1/4 l trockener Weißwein
- 1 Zitrone
- 1 Becher Sahne
- 40 g Butter
- Salz, Pfeffer. etwas gemahlener Chili

Zubereitungsart

Schritt1

Der Fischfond:

Schritt2

Die Gräten klein hacken und mit dem angeschwitzten Suppengemüse zu einem kleinen Fischfond anschwitzen. 5 - 6 gedrückte Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt und etwas Chili dazu geben. Mit dem trockenem Weißwein und etwas Wasser knapp bedecken, 10 min leise köcheln lassen, anschließend passieren.

Schritt3

Das Gemüse:

Schritt4

Den weißen Spargel herkömmlich schälen und in Salzwasser mit etwas Zucker "al dente" blanchieren.

Schritt5

Abkühlen lassen und schräg in 3 - 4 cm große Stücke schneiden.

Schritt6

Den grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen und ebenso

Schritt7

verfahren.

Schritt8

Die Morcheln mit Wasser bedecken, 1/4 Stunde einweichen und im Einweichwasser, 3 - 4 min. blanchieren.

Schritt9

Der Fischzopf:

Schritt10

Die abgezogene Seezunge auslösen, waschen und die Filets in der Länge zu 3/4 einschneiden, nicht durchschneiden.

Schritt11

Das Lachsfilet in etwa gleich große Streifen schneiden und in die Seezungenfilets "einflechten", so dass ein farblich schöner "Zopf" entsteht. Ev. die Enden mit einem Zahnstocher fixieren.

Schritt12

Der Ansatz:

Schritt13

Die gehackten Schalotten in einer Casserole in etwas Butter glasig anschwitzen, den Fisch einlegen und mit Salz und Pfeffer würzen, den Champagner darüber geben. Mit Deckel oder Silberfolie abdecken und für 4 - 5 min. bei geschlossenem Deckel blanchieren.

Schritt14

Glasig halten, nicht übergaren, kurz warm stellen.

Schritt15

Die Champagnersahne:

Schritt16

Den entstandenen "Pochierfond" mit etwas Fischfond ergänzen, auf die benötigte Menge reduzieren. Mit der Sahne oder Crème fraiche verkochen, ev, leicht mit angerührter Speisestärke binden.

Schritt17

Die Spargelstücke und die Morcheln dazu geben, mit Salz, Pfeffer und etwas geriebener Muskatnuss würzen. Nach schmecken, kurz halten, ev. etwas kalte Butter unterrühren.

Schritt18

Anrichtevorschlag:

Schritt19

Den " Zopf von Seezunge und Lachs " auf dem kurz gehaltenen Spargel - Morchelgemüse anrichten.

Schritt20

Dazu reiche ich einen Basmati - Wildreis - Risotto

Rezeptart: Warme Fischgerichte **Tags:** edel, fischfond, für den besonderen anlass, leicht, naturbelassen

https://www.gekonntgekocht.de/rezept/zopf-von-seezunge-und-lachs-auf-champagnersahne/