

# Duett von Wolfsbarsch und Mairübchen

Gebraten und confiert mit Stiften und Schaum



## Zutaten:

4 Filets vom Wolfsbarsch  
10 Mairübchen  
2 Knoblauchzehen  
1 Zweig Rosmarin  
500ml Olivenöl

400ml Sahne  
100g Butter  
1 Bd. Schnittlauch  
Salz, Pfeffer, Fenchel, Cayennepfeffer, Rapsöl

Wolfsbarschfilets waschen, trocken tupfen und in zwei gleich große Stücke schneiden. Mairübchen schälen. Fünf Stück in Stiftform schneiden und die übrigen fünf Stück in Würfel. Die Mairübchenwürfel in der Sahne weich kochen, pürieren und mit Salz, Pfeffer, Fenchel und Cayennepfeffer abschmecken. Für den confierten Wolfsbarsch reichlich Olivenöl mit Knoblauch und Rosmarin auf circa 80 Grad erhitzen. Vier Wolfsbarschhälften sieben Minuten im Olivenöl garen und die anderen Filetstücke in Butter auf der Hautseite goldbraun anbraten. Zu guter Letzt die Mairübchenstifte in Butter anbraten und mit Salz, Pfeffer und Schnittlauch abschmecken.

Wir wünschen guten Appetit!

**Kastenmeiers**  
FISCHRESTAURANT & CATERINGSERVICE

Tzschirnerplatz 3-5 · 01067 Dresden  
0351/48 48 48 01 · [www.kastenmeiers.de](http://www.kastenmeiers.de)



brinkmeier  
Küchen- und Tischtextilien seit 1950

Gerd kastenmeier

Kastenmeiers

Kastentisch

