Rezept

Fischravioli

Ein Rezept von Fischravioli, am 12.10.2024

Zutaten

600 g	Fischfilets (z. B. Thunfisch, Schwertfisch und Petersfisch)
2	Lorbeerblätter
4 Zweige	Oregano
1	Ei
	Salz
	Chilipulver
2	Knoblauchzehen
4 EL	Olivenöl
300 g	Mehl
2	Eigelb
1/4 l	Fischfond
1/8 l	trockener Weißwein
je 2	Zweige Salbei und Thymian
2 Scheiben	altbackenes Weißbrot
1 EL	frisch geriebener Parmesan
	Pfeffer
400 g	Tomaten
200 g	küchenfertige Mini-Tintenfischchen
1/4 Bund	Petersilie
2	Eier
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4-6 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 530 kcal

Zubereitung

1. Für die Füllung die Fischfilets kalt abspülen. Den Fischfond mit Wein, Lorbeer und der Hälfte der Kräuterzweige aufkochen. Die Hitze ganz klein stellen, die Fischfilets in den Sud geben und darin offen in etwa 5 Min. gar ziehen lassen. Aus dem Sud heben und abkühlen lassen.

2. Für den Teig das Mehl mit Eiern, Eigelben und 1 TL Salz zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Zu einer Kugel formen, in ein Küchentuch wickeln und 30 Min. bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

3. Zurück zur Füllung: Das Brot mit dem Fischsud übergießen und etwa 10 Min. einweichen. Übrigen Oregano waschen, trocken schütteln und die Blättchen fein hacken. Zwei Drittel vom Fisch sehr fein hacken. Das Brot ausdrücken und mit dem gehackten Fisch, Oregano, Ei und Parmesan gründlich mischen. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Chili abschmecken.

4. Vom Teig Stücke abnehmen (den Rest im Küchentuch ruhen lassen, damit er nicht trocken wird) und in der Nudelmaschine oder mit der Nudelrolle zu dünnen Platten ausrollen. Diese Teigplatten in etwa 5 x 10 cm große Rechtecke schneiden. Jede Platte auf einer Seite mit gut 1 TL Füllung belegen und zusammenklappen. Die Ränder mit einer Gabel gut zusammendrücken.

5. Für den Sugo die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, kurz ziehen lassen, kalt abschrecken, häuten und in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch schälen und mit den übrigen Kräuterblättchen (Salbei und Thymian) sehr fein hacken. Die Tintenfische waschen und trocken tupfen.

6. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Tintenfischchen darin anbraten. Kräuter und Knoblauch untermischen und kurz mitbraten. Tomaten und 1/8 l vom Fischsud dazugeben und offen bei mittlerer Hitze etwa 10 Min. kochen. Übrigen gegarten Fisch in kleine Stücke zupfen. Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blättchen fein hacken.

7. Für die Teigtaschen reichlich Wasser zum Kochen bringen und salzen. Die Teigtaschen darin etwa 3 Min. kochen.

8. Den Fisch mit der Petersilie unter die Tomatensauce rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Ravioli abgießen und in vorgewärmte tiefe Teller geben. Mit Tomaten-Fisch-Sugo beschöpfen und rasch servieren.