Rezept

Rotbarsch-Schwarzwurzel-Gratin

Ein Rezept von Rotbarsch-Schwarzwurzel-Gratin, am 05.05.2024

Zutaten

750 g	Schwarzwurzeln
	Salz
	Pfeffer
2 EL	Zitronensaft
1 EL	scharfer Senf
100 ml	Apfelsaft
	Fett für die Form
3 EL	Essig
400 g	kleine Möhren
4	Rotbarschfilets (à ca. 175 g)
2	Eigelb
100 g	Sahne
100 g	geriebener Emmentaler

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 455 kcal

Zubereitung

1. Die Schwarzwurzeln unter fließend kaltem Wasser gut schrubben, schälen und die Enden abschneiden (am besten mit Gummihandschuhen arbeiten). Die Stangen schräg in 1 cm lange Stücke schneiden und sofort in einen Topf mit 1 l Wasser und Essig legen. Salz zufügen, aufkochen und bei mittlerer Hitze in 10 Min. garen.

2. Inzwischen die Möhren putzen, schälen und in Scheiben schneiden. Diese zu den Schwarzwurzeln geben, das Wasser erneut aufkochen und die Möhren 5 Min. mitkochen. Das Gemüse in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

3. Den Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Eine große Gratinform einfetten, das Gemüse hineingeben, salzen und pfeffern. Die Fischfilets waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen und beidseitig mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Die Filets auf das Gemüse legen.

4. In einer hitzefesten Schüssel Eigelbe, Senf, Sahne und Apfelsaft verrühren und über einem heißen Wasserbad schaumig schlagen. Die Sauce salzen und pfeffern und den Käse unterheben. Die Sauce über den Fisch geben. Das Gericht im Backofen (Mitte) in 20 Min. goldbraun gratinieren.