

Rezept

Fischgröstl mit Stockfisch

Ein Rezept von Fischgröstl mit Stockfisch, am 28.06.2026

Zutaten

800 g Pellkartoffeln (am besten vom Vortag aus festkochenden Kartoffeln)	1 große Zwiebel
50 g Südtiroler Speck am Stück	600 g Zander-, Forellen- oder Saiblingsfilet
2 EL Butter	8 Zweige Thymian
Salz	2 EL neutrales Öl
gemahlener Kümmel	Pfeffer
100 g saure Sahne	frisch geriebene Muskatnuss

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln pellen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen, vierteln und in Streifen schneiden. Das Fischfilet kalt abspülen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Den Speck erst in dünne Scheiben, dann in feine Streifen schneiden. Den Thymian waschen und trocken schütteln, die Blättchen abstreifen.
2. In einer großen Pfanne je 1 EL Butter und Öl erhitzen. Die Kartoffeln mit den Zwiebelstreifen einrühren, mit Salz, Pfeffer, je 1 Prise Kümmel und Muskat würzen und bei mittlerer bis starker Hitze in 5-6 Min. knusprig braten. Dabei einmal wenden.
3. Die Kartoffeln aus der Pfanne nehmen. Die restliche Butter und das übrige Öl erhitzen und den Fisch darin mit dem Speck und dem Thymian bei mittlerer Hitze in etwa 2 Min. leicht braun braten. Zwischendurch vorsichtig wenden. Den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln mit der sauren Sahne untermischen und noch einmal gut erhitzen. Gleich auf vorgewärmten Tellern servieren. Dazu schmeckt Blattsalat oder ein Krautsalat mit Kümmel und ohne Speck.