

Kabeljau mit Erbsen-Minz-Püree, Erdbeer-Chili-Soße

Für zwei Personen

Für den Kabeljau:

2 Kabeljaufilets	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft	1 EL Butter
1 EL Olivenöl	Salz	

Für das Püree:

250 g TK-Erbsen	1 kleine, mehligk. Kartoffel	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft
1 EL Butter	50-100 ml Sahne	100 ml Gemüsfond
10-20 Blätter Minze	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

200 g frische Erdbeeren	$\frac{1}{2}$ rote Chilischote	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft
1 TL Honig	Speisestärke	Salz

Für das Kartoffelstroh:

2 große, festk. Kartoffeln	1 L neutrales Öl	Salz
----------------------------	------------------	------

Für den Kabeljau:

Den Fisch salzen und in einer heißen Pfanne mit Olivenöl auf der Hautseite 3-4 Minuten knusprig braten. Butter dazugeben und noch 1-2 Minuten fertig garen. Zitronensaft darüber träufeln.

Für das Püree:

Kartoffel schälen, würfeln und in Fond 8 Minuten weichkochen.

Erbsen für die letzten 3 Minuten mitkochen. Alles mit Butter, Sahne und Minze pürieren. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce:

Erdbeeren putzen und würfeln. Chili fein hacken. Zitronensaft auspressen.

Erdbeeren, Chili, Honig und 1 Teelöffel Zitronensaft aufkochen.

Ggf. etwas Stärke in Wasser auflösen und die Sauce damit andicken. Mit Salz abschmecken.

Für das Kartoffelstroh:

Kartoffeln schälen und mit einem Spiralschneider oder Messer in sehr feine Streifen schneiden. In kaltem Wasser 5 Minuten wässern.

Öl in einer Fritteuse auf 170 Grad erhitzen.

Kartoffelstroh gut abtrocknen, dann portionsweise frittieren, bis sie goldgelb und knusprig sind (2-3 Minuten), dann auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Charlotte Kreiensiek am 05. Juni 2025