

Kingklip mit Garnelen auf Senfsauce

Kingklip unbedingt kennenlernen...



Zutaten:

Für 4 Personen

Fisch

- ca. 800 g Kingklip
- Salz & Pfeffer
- Karibisches Scampi- u. Fischgewürz (wenn möglich)
- 1 Bio-Zitrone
- 1 Stiel Rosmarin
- 12 Garnelen, mittelgroß
- Butter zum Braten

Senfsauce

- 30 g Mehl
- 30 g Butter
- 250 ml Gemüfefond
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 250 ml Sahne
- 1 gehäuften TL Dijon-Senf
- einen Spritzer Zitronensaft
- knapp 1/2 TL Zucker
- einige Stiele Dill

Hier außerdem Basmati Reis mit etwas geraspelter Möhre.

Zubereitung:

1. Den Fisch kalt abspülen und trocken tupfen.
2. Zitrone ebenfalls abwaschen und abtrocknen, Rosmarin abspülen und trocken schütteln.
3. Mit Salz, Pfeffer und dem Scampi-Fischgewürz würzen.
4. Butter in einer Pfanne erhitzen und den Fisch hineingeben, 1-2 Scheiben der Zitrone und den Rosmarinzweig dazugeben. Etwa 4-5 Minuten (bei einer Dicke wie hier) von jeder Seite braten, dabei gelegentlich mit einem Löffel Butter über den Fisch schöpfen.
5. Die Garnelen dazugeben und kurz mitbraten.
6. Dill abspülen und trocken tupfen, klein hacken.
7. Für die Sauce die 30 g Butter in einem kleinen Topf erhitzen, 30 g Mehl mit einem Schneebesen einrühren. Den kalten Gemüfefond nach und nach zur Mehlschwitze geben.

Ständig weiter rühren und die Sahne hinzugeben. Alles aufkochen und etwas köcheln lassen. Das Rühren ist wichtig, damit sich das Mehl nicht am Boden absetzt und so das Anbrennen verhindert wird. Außerdem bilden sich so keine Klümpchen.

8. Den Senf unterrühren und mit einem Spritzer Zitronensaft und dem Zucker abschmecken.
9. Zuletzt den Dill dazugeben.

Auf flachen Tellern anrichten. Fertig.

Guten Appetit