

Hecht an der Haut gebraten mit Kalbskopfragout, Lauchgemüse und Blutwurst

Zutaten für 4 Personen

4 (á 150 g) Hechtfilets
(mit Haut, ohne Gräten)
100g Blutwurst
1 Stange Lauch
150g gekochten,
geputzten Kalbskopf
2 Stck Tomaten
1 kleiner Bund Petersilie
1/8l Sahne
1/8l Kalbsjus
1 EL weißen Balsamico
Olivenöl, Salz, Pfeffer aus der Mühle,
Rosmarin, Thymian

Zubereitung:

Den Lauch längs halbieren, waschen und in ca. 5 cm lange Streifen schneiden. In Salzwasser kurz blanchieren und kalt abschrecken. Die Sahne in einen Topf um die Hälfte einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Kalbskopf in Würfel schneiden, in einen Topf geben und bei niedriger Temperatur auf den Herd stellen. Eventuell etwas Brühe angießen, damit er nicht ansetzt.

Die Tomaten überbrühen, dann die Haut abziehen und entkernen. Das Tomatenfleisch würfeln und zum Kalbskopf geben. Die Petersilie hacken und ebenfalls dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Balsamico-Essig abschmecken.

Die Hechtfilets in einer Teflonpfanne auf der Hautseite in Olivenöl braten. Den Hecht nur auf der Haut braten, da er sehr schnell durchbrät und dann sehr trocken ist.

Den Lauch jetzt in der reduzierten Sahne aufkochen und nochmals abschmecken.

Auf heißen Tellern anrichten: Das Kalbskopfragout außen herum geben und den gebratenen Hecht mit der Hautseite nach oben auf den Lauch legen. Die Blutwurstscheiben nur ganz kurz von beiden Seiten in einer heißen Pfanne braten und auf den Hecht legen. Zum Schluss mit der Kalbsjus umträufeln und servieren.

Tipp: Als Garnitur eignet sich sehr schön frittiertes Lauchstroh und frische Kräuter.

Die können Sie auch schon beim Braten des Hechts mit in die Pfanne geben.