

Fischrezepte

Rotbarsch Mit Apfelsauerkraut

Anzahl: 4 Personen

Gattung: Fisch, Rotbarsch, Sauerkraut, Gemüse

20 g	Butter / Margarine	150 ml	Schlagsahne
500 g	Sauerkraut	1 Bund	Kerbel (gehackt)
2	Zwiebeln (gewürfelt)		Salz, Cayennepfeffer
1	Essl. Calvados	600 g	Rotbarschfilet (in Stücken)
1/4 Liter	Apfelsaft	3 Essl.	Öl
1	Lorbeerblatt	1 Essl.	(-2) Zitronensaft
3	Wacholderbeeren		Pfeffer
250 g	Äpfel (in Spalten)		

Fett schmelzen, Kraut und Zwiebeln darin 2 Minuten anschwitzen.

Mit Calvados ablöschen, mit Apfelsaft auffüllen, mit Lorbeer und Wacholder 10 Minuten offen köcheln.

Äpfel und Sahne dazugeben, weitere 10 Minuten kochen. Kerbel unterheben. mit Salz und Cayennepfeffer würzen.

Fisch im Öl pro Seite 4 - 5 Minuten braten, mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz würzen.