

Rezept aus der Sendung "Tim Mälzer kocht"

samstags, 15.30 Uhr im Ersten



Minestrone-Boulliabaise-Spitzkohl-Eintopf

Zutaten

- 300 g Kasslerknochen
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Spitzkohl
- 4 EL Olivenöl
- 1 Brötchen
- 3 Tomaten
- Salz
- Pfeffer
- 1 gelbe Zucchini
- 8 Rotbarbenfilets
- 1 Stück Meerrettich

Zubereitung

1. Kasselerknochen mit Tomatenmark in einem Topf mit 1,5 l Wasser aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 45 Min. auskochen.
2. Spitzkohl in 2 cm breite Scheiben schneiden, äußere Blätter vorher entfernen. Kohlscheiben in einem großen Topf in dem Olivenöl anbraten.
3. Brötchen und Tomaten in Scheiben schneiden und auf dem Kohl verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Zucchini auf einem Hobel längs in Streifen schneiden. Jeweils ein Rotbarbenfilet auf einen Zucchinistreifen legen und einwickeln. Mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Spitzkohleintopf mit 750 ml Kasslerfond ablöschen, die Rotbarbenfilets dazugeben und mit Deckel ca. 3 Min. garen. Mit geriebenem Meerrettich bestreut servieren.

Für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 20 Minuten + Kochzeit