

Zweierlei von der Seezunge mit Erdäpfel-Vogerlsalat und Sauce Tartare

Zutaten für 2 Personen

Für die Egli-Filets:

- 2 Seezungenfilets mit Haut à 150 g
- 3 Zweige glatte Petersilie
- 3 Eier
- 2 EL glattes Weizenmehl
- Butterschmalz
- Olivenöl

Für die Kartoffeln:

- 400 g festkochende, kleine Kartoffeln
- 300 g Feldsalat
- 1 rote Zwiebel
- 100 ml Apfelessig
- 50 ml Rapsöl
- Salz
- Pfeffer

Für die Sauce Tatar:

- 2 Eier
- 2 EL Senf
- 100 ml Olivenöl
- 1 Zitrone (Saft)
- 250 g Naturjoghurt (3,5 %)
- 50 g Essiggurken
- 1 Zweig glatte Petersilie
- 50 g Kapern
- 50 ml Essig
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Ofen auf 170 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Seezungenfilets waschen und trocken tupfen. 1 Seezungenfilet mit Mehl bestäuben und in einer Pfanne mit Olivenöl braten. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und kleinhacken. Eier mit Kräutern verquirlen. Das andere Filet darin panieren und anschließend in einer Pfanne mit Butterschmalz ausbraten.

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen und die Kartoffeln darin gar kochen. Anschließend abziehen und fein schneiden. Salat abbrausen und trocken wedeln. Zwiebel abziehen und kleinhacken. Aus

Apfelessig, Rapsöl, Zwiebel, Salz und Pfeffer eine Marinade rühren und über die Kartoffeln und den Feldsalat geben.

Für die Sauce 1 Ei und Senf in einen Rührbecher geben und mit dem Schneebesen des Handrührgeräts kurz verrühren. Das Öl tröpfchenweise einrühren, bis sich Öl und Eigelb zu einer glatten Creme verbunden haben. Dann das restliche Öl in einem dünnen Strahl langsam unter ständigem Rühren zugießen und so lange aufschlagen, bis eine dickcremige Mayonnaise entsteht. Zum Schluss 1 EL Zitronensaft unter die Mayonnaise rühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Mayonnaise mit Naturjoghurt und Essig vermengen.

Petersilie abrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Petersilie und Essiggurken klein schneiden. Das Ei hartkochen und zusammen mit den Kapern ebenfalls klein schneiden und untermischen.

Zweierlei von der Seezunge mit Erdäpfel-Vogelersalat und Sauce Tartar auf Tellern anrichten und servieren.

Rezept: Dolores Gächter-Ritter

Quelle: Die Küchenschlacht vom 23. März 2017

Episode: Hauptgang & Dessert