

Rotbarschwürfel auf karamellisierter Apfelscheibe und roter Bete

4 Vorspeisen

4 Würfel	Rotbarschfilet
1 EL	Olivenöl
1 EL	Rotweinessig
2 EL	Senfkörner
1 TL	Honig, flüssig
1 TL	Senf, mittelscharf
	Salz, Pfeffer
1	Rote Bete
2 EL	Öl
2	säuerliche Äpfel
2 EL	brauner Zucker
30 g	Butter
	Frischer Rettich



Rote Bete vorher kochen, dann schälen.

Rotbarsch auftauen und in Würfel schneiden.

Rettich hobeln.

Senfkörner in einem kleinem Topf mit Wasser bedecken und ca. 5 Minuten köcheln lassen.

Anschließend auf ein Sieb gießen und kalt abspülen.

Senfkörner mit Honig, Olivenöl, Essig und Senf verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rote Bete schälen und in dünne Scheiben schneiden.

mit dem Senfdressings vermengen und marinieren lassen.

Jeden Apfel in 4 ca. 1 Zentimeter dicke Scheiben abschneiden (Kernhaus ausschneiden).

Apfelscheiben von beiden Seiten mit Zucker bestreuen.

Butter in der Pfanne schmelzen und die Apfelringe von beiden Seiten karamellisieren lassen.

Öl in einer anderen Pfanne erhitzen,

Rotbarschwürfel bei mittlerer Hitze ca. 3 bis 4 Minuten braten.

Fischwürfel in der Pfanne wenden,

Butter hinzugeben, aufschäumen lassen, Fischwürfel damit übergießen.

Marinierte Rote Bete auf den Apfelscheiben anrichten,

gebratene Rotbarschwürfel darauf setzen und mit frisch geriebenem Rettich bestreuen.

Fisch mit dem restlichen Senfdressing beträufeln.