

Kabeljau auf Estragonsauce

Für den Fisch

4 Scheiben Kabeljaufilets, je etwa 150 g

Salz, frisch gemahlener Pfeffer

2 EL Öl, 20 g Butter

Für die Schmortomaten

400 g Fleischtomaten

100 ml Tomatensaft, 1 Sternanis

1 Knoblauchzehe, angedrückt

Salz, frisch gemahlener Pfeffer

5 Blätter Basilikum

Für die Estragonsauce

60 g Schalotten, fein gewürfelt

4 Stängel Estragon

30 g Butter, 100 ml Weißwein

50 ml Noilly Prat, 40 ml weißer Portwein

200 ml Fischfond, 200 g Sahne

Salz, frisch gemahlener Pfeffer

1 EL fein geschnittener Estragon

**Unsere AIDA Rezepte der
Woche finden Sie
unter www.aida.de/rezepttipp**



(1) Die Kabeljaufilets trocken tupfen, halbieren und beiseite stellen. Den Backofen auf 150 °C vorheizen.

(2) Die Tomaten blanchieren, abschrecken, häuten, vierteln und Stielansätze und Samen entfernen. Letztere durch ein Sieb passieren, den Saft auffangen. Die Tomaten mit dem aufgefangenen Saft, Tomatensaft, Sternanis, Knoblauch, Salz, Pfeffer und Basilikum in einen Topf geben und im vorgeheizten Ofen etwa 10 Minuten weich garen, die Tomaten sollten jedoch nicht zerfallen.

(3) Für die Sauce die Schalotten mit den Estragonstängeln in Butter farblos anschwitzen, mit Weißwein, Noilly Prat und Portwein ablöschen und die Flüssigkeit auf die Hälfte einkochen. Den Fischfond aufgießen und auf die Hälfte reduzieren. Die Sahne zufügen und leicht sämig einkochen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, passieren und den geschnittenen Estragon unterrühren.

(4) Die Fischfilets salzen, pfeffern und in Öl und Butter von jeder Seite 2-3 Minuten braten.

(5) Je 2 Filets mit den Tomaten auf vorgewärmten Tellern anrichten. Den Fisch mit der Sauce überziehen und mit Estragon garniert servieren. Dazu schmecken Petersiliengnocchi.

