



Rezepte aus der Behr Küche

Mini Romanasalat mit gebratenem Fisch



Zutaten für 4 Personen

3 Mini Romanasalate
1 rote Zwiebel
2 Tomaten
8 Kumquats
2 Stängel Basilikum
400 g rote Meerbarbenfilets
mit Haut
Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 EL Butter
Vinaigrette:
Saft von 2 Limetten
4 EL süße Chilisauce
4 EL Olivenöl
Salz
Zucker

Zubereitung:

Mini Romanasalate putzen, waschen und trockenschleudern. Die Zwiebel abziehen und in dünne Ringe schneiden. Die Tomaten waschen, putzen und achteln. Die Kumquats heiß abwaschen und in dünne Scheiben schneiden. Basilikumblätter abzupfen und waschen.

Die Meerbarbenfilets kalt abbrausen, mit Küchenpapier trockentupfen und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle von beiden Seiten kräftig würzen. In einer beschichteten Pfanne Butter erhitzen und die Meerbarbenfilets darin zuerst mit der Hautseite nach unten von beiden Seiten bei mittlerer Hitzezufuhr braten.

Inzwischen aus Limettensaft, süßer Chilisauce und Olivenöl eine Vinaigrette mixen und mit Salz und Zucker würzig abschmecken. Mini Romanasalat mit den Zwiebeln, Tomaten und Kumquats dekorativ auf Teller verteilen und die gebratenen Meerbarbenfilets darauf setzen. Zum Schluss mit der Vinaigrette beträufeln und die Basilikumblätter darüber verteilen.