

Rezepte für Fischmenü vom spanischen Abend

Pulpo a la patate

Zutaten für 4 Personen:

200 Gr Pulpo, 2 Kartoffeln, Olivenöl, Süßpaprika, nach Wunsch etwas Pikantes, 1 Tomate, Zwiebel, Knoblauch

Zubereitung:

- Pulpo (gefroren) in siedendes Salzwasser mit Kräutern (Lorbeerblatt ... weiteres nach Geschmack) geben, ca. 1 Stunde pro 500 gr. garen.
- Ungeschälte kleine Kartoffeln garen, in ca 5mm bis 1 cm dicke Scheiben schneiden,
- 1 Scheibe Kartoffel auf den Teller geben, darüber den in Scheiben geschnitten Pulpo (doppelt so dick wie die Kartoffel), darüber die Marinade (Olivenöl gemischt mit Süßpaprika), garniert mit einer halbierten Kirschtomate; alles mit einem Zahnstocher feststecken.

Filete de rape

Zutaten: 200 Gr Seeteufelfilet, 1-2 Garnelen roh, Pinienkerne, Ruccola, schwarze und grüne Oliven zur Deko, Paprikamix, Olivenöl, Spießchen

Zubereitung:

- Seeteufelfilet längs in ca. 10 cm lange Streifen schneiden, Filetstreifen um die geschälte Garnele wickeln, mit einem Spießchen feststecken, die Ringe max. 4 Minuten auf einer Seite braten, noch ca 2 Minuten im Ofen bei 180 Grad ziehen lassen.
- Aus Pinienkernen, Ruccola und Olivenöl ein Pesto rühren.
- Paprika im Ofen garen, pellen und in Streifen schneiden.
- Pesto als Spiegel auf den Teller, darauf die Paprikastreifen sternförmig anordnen, die Seeteufelringe darauf setzen.

Pescado del dia

Zutaten: 5-600 Gramm Dorade oder Wolfsbarschfilet mit Haut, Limette, Kräuter Kartoffel. Möhren, Paprika, Knoblauch, Schalotten, Lauch, Weißwein, Sherry

Zubereitung:

- Das Gemüse in kleine Würfel schneiden, kurz im sehr heißen Olivenöl anbraten, mit Meersalz abschmecken und im Ofen warm halten und fertig garen. Nach Geschmack Kräuter (Thymian, Rosmarin, Salbei im Ganzen zufügen)
- Das Fischfilet auf der Hautseite scharf anbraten, soll auf der Fleischseite noch leicht glasig sein;
- Gemüse auf einer Platte anrichten, Fisch auf das Gemüse legen (Hautseite nach oben);
- klein geschnittene Schalotten in die Fischpfanne geben, leicht glasieren lassen, mit Weißwein oder Sherry ablöschen, klein gehackten Knoblauch hinzufügen und den Limettensaft hinzufügen, ebenso Kräuter nach Geschmack (das Ganze dauert nicht länger als eine Minute).
- Auf dem Teller Gemüse anrichten, Fischfilet darüberlegen, den Jus um das Gemüse drapieren.