

die **mit KOCH** **SHOW**



**KABELJAUFILLET MIT
KRABBen-DILLSAUCE, GEGRILLTEM
SALAT, KAREMELLISIERTEM
KÜRBIS UND ROTER BEETE**

PRÄSENTIERT VON:

Kastenmeiers

REWE
KÖCKERITZ

KÜCHEN
ZENTRUM
DRESDEN GmbH

KABELJAUFILLET MIT KRABBEN- DILLSAUCE, GEGRILLEM SALAT, KARAMELLISIERTEM KÜRBIS UND ROTER BEETE

ZUTATEN

800 g Kabeljau
200 g Büsumer Krabben
1 Kürbis
2 Stck. Rote Beete (vorgegart)
0,1 l Weißwein
0,2 l Geflügelfond
Butter

4 Salatherzen
1 Bd. Dill
1 EL Honig
Salz, Essig,
Zucker

ZUBEREITUNG

Den Weißwein auf die Hälfte reduzieren, mit Geflügelfond auffüllen, mit Stärke binden und mit Butter mixen. Dill klein schneiden und mit den Krabben in die Soße geben.

Kabeljau portionieren und auf der Haut braten. Kürbis und Rote Beete in gleichmäßige Würfel schneiden und mit Zucker, Essig, Wein und Salz bissfest kochen.

Salatherzen mit Olivenöl grillen, Essig, Salz und Honig würzen und mit dem Fisch und dem Gemüse anrichten.

Soße nur leicht erhitzen und zum Fisch servieren.

Wir wünschen guten Appetit!

ANMELDUNG: dresden-fernsehen.de/mitkochshow



MO 19.30 UHR
DI 23.00 UHR
MI 21.30 UHR
DO 18.30 UHR
FR 23.00 UHR