

Fisch Rezepte

Deftiges Fischgulasch

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Fischgerichte, Meeresfrüchte

600 g	Rotbarschfilet	470 g	Mischpilze, (Dose)
1	Zitrone	1	Rote Paprikaschote
1	Prise Salz	1	Grüne Paprikaschote
	Paprika (1)	250 g	Tomaten
	Pfeffer (1)	1	Knoblauchzehe
60 g	Räucherspeck, durchwachsen	1	Prise Kümmel
2	Essl. Öl	1	Prise Majoran
3	Zwiebeln	1	Prise Paprika (2)
70 g	Tomatenmark	1	Prise Pfeffer (2)
2	Essl. Mehl	2	Essl. Petersilie, gehackt
500 ml	Bratensaft		

Das Rotbarschfilet in 5x5cm große Stücke schneiden, säubern und entgräten. Mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz, Paprika (1) und Pfeffer (1) bestreuen und stehen lassen.

Den Räucherspeck in kleine Würfel schneiden und in Öl glasig dünsten. Die Zwiebeln in Ringe schneiden und kurz mitdünsten. Alles mit Tomatenmark verrühren und das Mehl drüberstreuen. Den Bratensaft aufgießen, aufkochen lassen.

Die Paprikaschoten waschen, entkernen und in Streifen schneiden, die Tomaten abziehen und halbieren und beides dazugeben. Mit der in Salz zerdrückten Knoblauchzehe, mit Pfeffer (2), Kümmel, Majoran und Paprika die Sauce kräftig würzen.

Die klein geschnittenen Mischpilze und Fischwürfel in die fertige Sauce geben und etwa 10 Minuten leicht köcheln lassen.

Vor dem Servieren die Petersilie fein hacken und über das Gulasch streuen.