Panierte Goldbuttfilets an Meerettich-Senf-Sauce

Der Goldbutt, auch Scholle genannt, ist ein Plattfisch, der vor allem in der Nordsee vorkommt. Das Fleisch ist fest und von kräftigem Geschmack. Darum wird er in Grossbriannien gerne für die traditionellen Fish 'n' Chips verwendet. Er er kann auf verschiedene Weise zubereitet werden und eignet sich auch besonders gut zum Panieren und Braten. Zum dem geschmackvollen Fisch passt eine kräftige Sauce ausgezeichnet. Sie wird mit fein gehackter Zwiebel, Noilly Prat und Vollrahm gekocht und mit geraspeltem Meerrettich und pikantem Senf gewürzt.

Zutaten (pro Portion)

2	Goldbuttfilets, ca. 180g
2-3Tl	Zitronensaft
20g	Zwiebel
5cl	Noilly Prat
5cl	Gemüsebouillon
5cl	Vollrahm
2-3Tl	Meerrettich geraspelt
1Tl	Dijon-Senf
	Salz und Pfeffer
	Bratbutter

Zubereitung

Goldbuttfilets unter kaltem Wasser abspülen und mit Haushaltpapier trocknen. Beidseitig salzen, pfeffern und mit Zitronensaft einpinseln. 1/2 Stunde ziehen lassen.

Ei in einem flachen Teller verquirlen, Paniermehl auf einen zweiten Teller streuen. Filets mit Mehl bestäuben, nacheinander im Ei, dann im Paniermehl wenden.

Zwiebel sehr fein hacken, Meerettich schälen und fein raspeln. Tafelbutter leicht

aufschäumen lassen, Zwiebel zugeben und 2-3 Minuten dünsten. Noilly Prat und Bouillon zugiessen und auf die Hälfte einkochen lassen. Rahm, Senf und Meerettich einrühren und mit Pfeffer und ev. Salz abschmecken. Sauce nochmals 2-3 Minuten leicht köcheln lassen.

Reichlich Bratbutter mässig erhitzen, darin die panierten Filets auf jeder Seite 5 Minuten leicht brutzeln lassen.

... nachher ins Paniermehl