

gebratenes Goldbrassenfilet auf Italienischem Gemüse mit Pesto



www.groebenhof.at

Zutaten: (ca. 6 Personen)

- 3 Goldbrassen a 350g-400g
- Salz, Zitronensaft
- Olivenöl zum braten
- grobes Meersalz

für das Gemüse

- 1 Aubergine
- Mehl zum mehlieren
- 1 Zucchini
- 24 Cherrytomaten
- je eine rote, gelbe, grüne Paprika
- Salz, Pfeffer
- Olivenöl

für das Pesto

- 1 Bund Basilikum
- 2 Eßl. Pinienkerne
- 1 Knoblauchzehe
- Salz
- Olivenöl

Zubereitung:

Die Goldbrassen schuppen und filetieren und mit einer Pinzette alle Gräten ziehen. Die Haut mit einem scharfen Messer vorsichtig in Rauten einritzen. Die Filets werden auf der Hautseite gebraten und nur zum Schluß umgedreht, so dass die Haut schön knusprig wird.

Das Gemüse wird in Scheiben geschnitten und im Olivenöl vorsichtig gebraten. Die Auberginen sollten Sie vorher leicht mehlieren. Cherrytomaten halbieren und auch kurz im Olivenöl anschwanken. Es wird

mit Salz und Pfeffer gewürzt. Die Gemüse auskühlen lassen, sie sollten beim Anrichten Zimmertemperatur haben.

Für das Pesto die Basilikumblätter, den Knoblauch, die Pinienkerne und das Salz in einen Mörser geben und zermahlen (wenn sie keinen Mörser haben, kann man es auch in einer Moulinette zerhacken oder auf einem Brett mit dem Messer). Nun langsam das Olivenöl zugeben, so dass eine dickflüssige Masse entsteht.

Das Gemüse auf Tellern dekorativ anrichten, die gebratenen Goldbrassenfilets darauf anrichten und auf das Filet etwas grobes Meersalz streuen. Das Pesto vorsichtig über den Fisch und das Gemüse träufeln.