Notizen:

Lotte – mit Bärlauchkruste

Zutaten:

1 Lotte-Schwanz, mit ca. 3 bis 4 Scheiben pro Person.

Für die Bärlauch-Pesto:

0,1 l Ölivenöl,
50 g Bärlauch,
10 g Parmesan,
Pfeffer,
Salz,
Pinienkerne

Die gut enthäuteten Lottefilets in dünne Scheiben (1,5 cm) schneiden. Leicht mit Zitronensaft beträufeln und in Maismehl (Polenta) wenden. In heißem Fett kurz anbraten (von beiden Seiten). Zum Schluss nur noch die obere Seite mit der Bärlauch-Pesto bestreichen. Diese dann noch ca. 2 Min. weiter anbraten. Wer mag, kann dazu einige Pinienkerne mit anrösten.

Die Bärlauch-Pesto habe ich vorher mit Olivenöl, Parmesan, Pfeffer und Salz angerichtet. Dazu werden die Bärlauch-Blätter klein gehackt und mit den Zutaten angerührt. Die Konsistenz der Pesto muss man nach Geschmack bestimmen.

Dazu passen sehr gute neue kleine Kartöffelchen (Drillinge). Diese werden nach dem Kochen gepellt und anschließend mit etwas von der Bärlauch-Pesto in der Pfanne warm gehalten. Damit die Pesto nicht zu sehr klebt, sollte man einen kleinen Schluck Wein zur Verdünnung dazugeben. Danach haben die Kartoffeln nicht nur ein neues gegrüntes Outfit, sie haben auch ein wunderbares Pesto-Aroma.

Ein paar blanchierte kleine Möhrchenstücke sowie ein paar halbierte Champignon, separat in Butter angedünstet, geben dem Teller noch ein schönes Image.

Tipp:

Ein gut gekühlter Riesling passt ideal dazu