

Fisch-Sauerkraut-Topf (Choucroute au poisson)

Einfaches originelles und leckeres Essen für 6 Personen

Nebenbedingung: keine Kümmel- oder Fischhasser

nach: <http://www.swr-online.de/swr4rp/rezepte/rezepte981012.html>

Erstversion: Single-Weihnachtsessen 26.12.2001

80 g Butter

1,5 kg Sauerkraut (mit heißem Wasser abbrühen, lange und gut durchspülen)

150 g Zwiebelstreifen, Schalotten

0,7 nicht-zu-trockener Riesling

0,25 l Geflügelfond (kann weg)

0,25 l Fischfond (oder mehr)

50 g Crème fraîche (kann entfallen)

Salz, gemahlener Kümmel, Wacholderbeeren

3 Varianten (der Clou sind die ca. 4..5 verschiedenen Sorten Fisch oder Schalentiere)

nur **Süßwasserfische**

360 g Hechtfilet

360 g Zanderfilet

360 g Forellenfilet

36 Flußkrebse

was wirklich nicht gut dazu schmeckte: Welsfilet ist zu bitter

oder **Süß- und Seewasserfische** gemischt

oder **nur Seewasserfische**

300 g Lachsfilet

300 g Heilbuttfilet

300 g Seelachsfilet oder 300 g Rotbarschfilet

250 g TK-Garnelen (passen übrigens am besten zum Sauerkraut)

Die Butter erhitzen und die Zwiebeln darin anschwitzen.

Sauerkraut dazu geben mit geschlossenem Deckel kurz andünsten und mit Riesling ablöschen.

Wichtig: **Stunden vorher** das Sauerkraut zubereiten, köcheln lassen oder im großen Topf warm halten
Fisch- und Geflügelfond hinzufügen und mit Salz und gemahlenem Kümmel und Wacholder abschmecken.

Unter regelmäßigem Rühren mindestens eine Stunde köcheln lassen.

Fischfilets in sechs Portionen à 60 g schneiden.

Der portionierte Fisch wird kurz vor Beendigung des Garprozesses **auf dem Sauerkraut gedämpft**.

Flußkrebse (oder Garnelen) im Gemüsesud garen bzw. in einem Sieb oder gelöcherten

Schnellkochtopf-Einsatz auf den Fischfilets auf dem Sauerkraut dämpfen.

Abdecken und mit dem Sauerkraut ca. 6 Minuten weiter dämpfen.

Zum Anrichten wird das Sauerkraut mit Crème fraîche (kann entfallen) verrührt und auf einer große Platte angerichtet, der gegarte Fisch kommt obendrauf, zuletzt die Flußkrebse.

Sofort servieren.

Beilage: Kartoffelpüree

Hierzu muß man kein Baguette reichen !