



Merluza a la sidra © Hans Keller

MERLUZA A LA SIDRA

Seehecht in Apfelwein (4 Pers.)

750 g Seehechtfilet

2 EL Olivenöl

Mehl zum Wenden, Salz und Pfeffer aus der Mühle

400 g Kartoffeln, geschält und in kleine Würfel geschnitten

1 kleine Zwiebel, fein gehackt und 2 Knoblauchzehen, fein gehackt

2 Äpfel, geschält und in kleine Würfel geschnitten

250 g Venus- oder Herzmuscheln, geputzt

½ l Sidra, ersatzweise Cidre oder Apfelwein

1 EL gehackte Petersilie

- Den Fisch waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Dann in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen.
- Das Olivenöl in einer feuerfesten Form erhitzen und den Fisch von beiden Seiten darin anbraten. Dann herausnehmen und warm stellen.
- Die Kartoffelwürfel im Bratfett goldbraun braten. Zwiebel, Knoblauch, Apfelstücke und die Muscheln zufügen. Zugedeckt einige Minuten dünsten, dabei die Form mehrmals rütteln. Den Deckel abheben, den Fisch wieder einlegen und die Sidra angießen. Im vorgeheizten Backofen offen bei 175 °C ca 10 Minuten garen.
- Fisch auf einer vorgewärmten Platte anrichten, die übrigen Zutaten darüber verteilen und mit Petersilie bestreuen.

