

Seezunge mit Austern in Sauce Normand

Rezept für 2 Personen



Einkaufsliste:

- 2 Seezungen ca. 500 g
- 1 EL Butter

Sauce Normandie:

- 1 fein gehackte Schalotte
- 2 EL Mehl
- 6 Austern
- 3 Eigelbe
- 1 TL Zitronensaft
- 1/8 l Sahne zu Schlagsahne geschlagen
- 1/4 l Fischfond
- 1 TL Butter

Zubereitung:

Seezunge in Butter sanft von beiden Seiten 4 Minuten braten und warm stellen. In einer Kasserolle die Schalotte in Butter anschwitzen, melieren, Fischfond und Austernwasser zugeben und um die Hälfte reduzieren. Leicht pfeffern, dann Zitronensaft und Austern zugeben. Eigelbe mit etwas Schlagsahne vermischen, Kasserolle vom Herd nehmen und mit dem Schneebesen unterschlagen, wenn die Sauce dicker wird die restliche Schlagsahne zum Abkühlen darunter heben.

Servieren:

Dazu passt Reis mit Mangowürfeln.

Reis mit Mangowürfeln

Einkaufsliste:

Reis für 2 Personen
1/2 Mango

Zubereitung:

Reis kochen, salzen, dann in Butter andünsten und eine halbe gewürfelte Mango kurz mitdünsten.