

Brassen Schnitten mit Curry-Ananas-Soße

Zutaten für 4 Personen:

- Brassen ca. 2 kg
- Saft von 2 Zitronen
- 1 kleine Stange Porree
- 2 bis 3 Möhren
- 1/8 Knolle Sellerie
- 1 EL Fischgewürz
- 1 EL gekörnte Gemüsebrühe
- 2 kleine Scheiben Ananas
- 10 EL Ananassaft aus der Dose
- 1 TL Curry
- 100 Gramm Schmand
- 50 Gramm Butter
- Langkornreis
- Salz, Zucker, Mehl



Zubereitung:

1. Den entschuppten und ausgenommenen Brassen säubern, kalt spülen und von den Flossen befreien. Kopf abtrennen, Kiemen auslösen. Den vorderen Teil des Fisches bis zum Ende der Bauchhöhle in 4 ca.5 Zentimeter breite Stücke schneiden. Die Schnitten mit Zitronensaft säuern.

2. Gemüse putzen, spülen und klein schneiden. Kopf- und Schwanzteil, Gemüse, Gemüsebrühe, 1/2 TL Salz, 1/2 TL Zucker und 4 EL Zitronensaft im großen Topf in 1 1/4 Liter Wasser aufkochen. Den Sud ca. 8 Minuten simmern lassen. Gemüse entnehmen, kalt spülen und zurückstellen.

3. Fischgewürz zugeben, Schwanzstücke im Topf grob zerkleinern sowie Sud wieder aufwallen lassen und Fischschnitten zugeben. Bei geminderter Hitze ca. 12 bis 15 Minuten abgedeckt garsimmern lassen. Inzwischen den Reis aufsetzen.

4. Fischstücke herausnehmen und -wenn gewünscht- die Haut entfernen. Sud etwa 5 Minuten einkochen lassen.

5. Soße: Aus der Butter und 3 EL Mehl eine helle Mehlschwitze bereiten. Ananassaft in den Sud geben, Mehlschwitze damit glatt rühren. Ananaswürfel und Curry einrühren. Dann den Schmand glatt unter die Soße ziehen.

6. Das Gemüse unter den heißen Reismischen und zu Fisch und Soße servieren.