

Kabeljaufilet-Saltimbocca mit Lauch und roten Linsen

Zutaten für 2 Personen

400 g Kabeljaufilet

4 Kartoffeln

2 Stangen Porree

200 ml Gemüsebrühe

Sahne, Senf

1 TL gehackte Petersilie, 4 Blätter Salbei

Salz, Pfeffer, Muskat

100 g rote Linsen

150 ml Milch

1 Zitrone, Butterschmalz

8 Scheiben Schwarzwälder Schinken

Butter

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen und ca. 20 Minuten garen.

2 Lauchstangen putzen, in Ringe schneiden, gründlich waschen und in 2 EL Butter andünsten.

Die Gemüsebrühe hinzufügen, zugedeckt 5 Minuten dünsten, 4 EL Sahne, 3 TL Senf und 1 TL gehackte Petersilie einrühren, mit Salz, Muskat und Pfeffer würzen.

Rote Linsen nach Packungsanleitung garen, Porree und Linsen zugedeckt warmhalten.

Zubereitung

Kartoffeln mit 2 EL Butter und 150 ml Milch stampfen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und ebenfalls zugedeckt warmhalten.

Das Kabeljaufilet aufgetaut mit etwas Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern.

Die Filets mit je einem Blatt Salbei belegen und mit je 2 Scheiben Schwarzwälder Schinken umwickeln.

In 2 EL heißem Butterschmalz pro Seite 2-3 Minuten braten. Mit dem Lauchgemüse mit Linsen und dem Kartoffelpüree auf Tellern anrichten.

Guten Appetit!