

Fischsalat mit Ravigotesauce

Salade de poisson sauce ravigote, französisches Rezept

Zutaten für 4 Portionen :

750 g Fischfilet (Kabeljau, Leng),
¼ l Meursault oder Chablis
(oder ein anderer kräftiger, trockener
Weißwein),
4 EL Zitronensaft,
Salz, weißer Pfeffer,
4 Tomaten,
1 Zwiebel,
3 EL gefüllte schwarze Oliven,
½ gedünstete Fenchelknolle,
1 kleine Zucchini,
50 g Erbsen aus der Dose (petit pois),
4 EL gehackte Blatt Petersilie,
3 EL gehackter Dill,

für die Ravigotesauce :

1/8 l Estragonessig,
1/8 l Olivenöl,
4 EL gehackte Blatt Petersilie,
1 TL gehackter frischer Estragon,
1 TL gehackter frischer Kerbel,
1 TL Kapern,
1 kleine Zwiebel,

Salz, weißer Pfeffer.

Zubereitung :

Fischfilet kalt abbrausen, in mundgerechte Würfel schneiden und im Weißwein 10 Min. dünsten. Im Sud erkalten lassen. Aus dem Sud nehmen, mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. 1 Stunde ziehen lassen.

Tomaten häuten, vierteln, die Kerne entfernen und in Stücke schneiden. Zwiebel fein hacken, Oliven in Scheiben schneiden. Fenchel in Streifen schneiden und Zucchini in dünne Scheiben hobeln. Gemüse in einer großen Salatschüssel mit dem Fisch vermischen, die abgspülten und abgetropften Erbsen untermengen. Gehackte Petersilie und gehackten Dill über den Salat streuen.

Zubereitung der Ravigotesauce :

In einer Glasschüssel den Essig mit dem gehackten Estragon, dem gehackten Kerbel und der gehackten Petersilie verrühren. Kapern und feingehackte Zwiebel zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt das Olivenöl zugeben.

Die Soße über den Salat gießen und gut vermischen. Bis zum Servieren 1 Stunde kühl stellen und durchziehen lassen.

