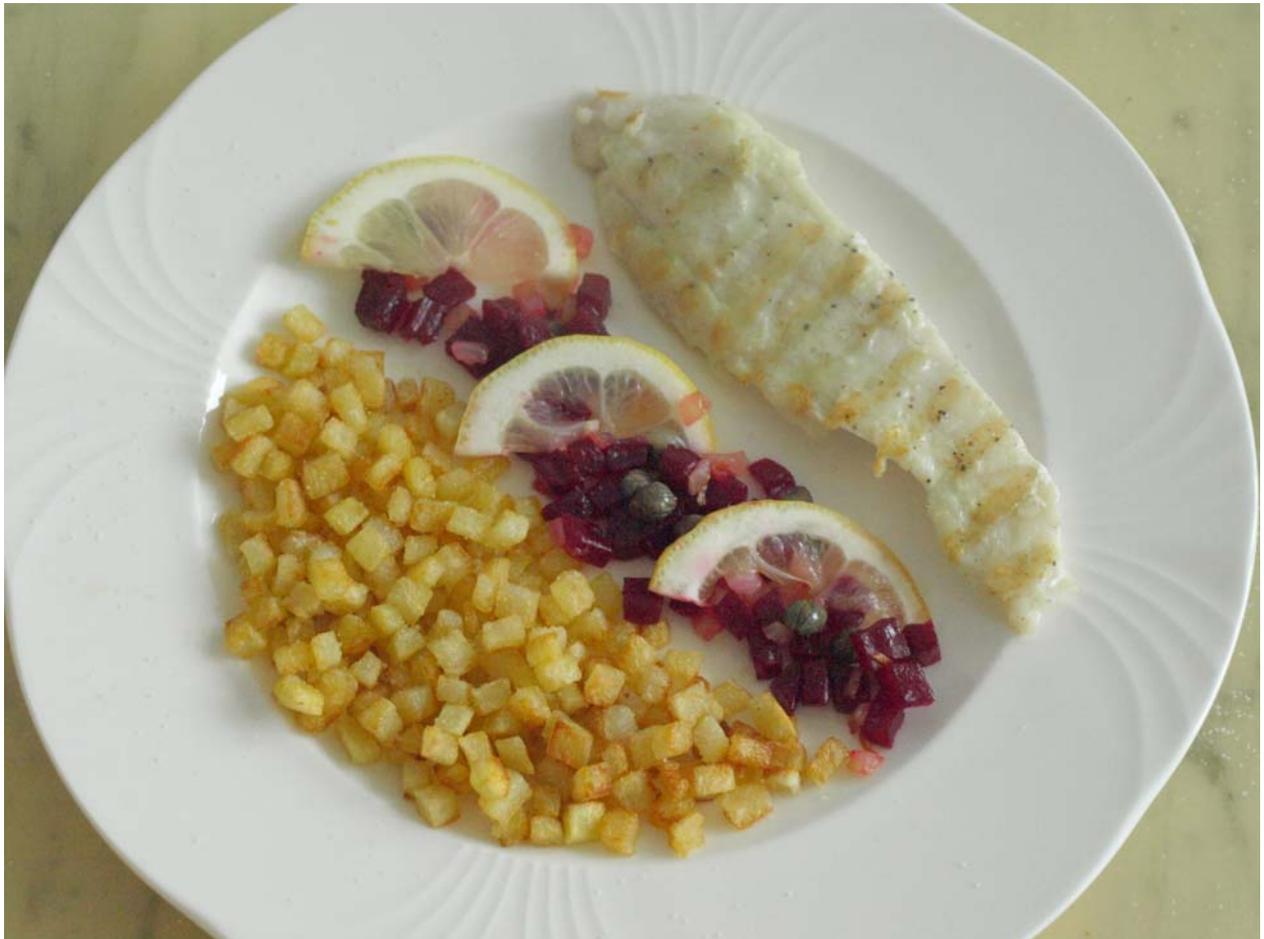


# Gegrilltes Seeteufelfilet mit Wasabi



## Zutaten für zwei Personen:

200 g Seeteufelfilet  
Zitronensaft  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
2 EL Olivenöl, 10 g Butter  
1 EL Sahne  
etwas Wasabi-Paste  
Für die Garnitur:  
2 Kartoffeln  
6 Scheiben Rote Beete (gekocht)  
1 Schalotte oder 1/3 einer kleinen Zwiebel  
1 TL Kapern  
1/2 unbehandelte Zitrone in sehr feinen Scheiben  
Butter  
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Kartoffel schälen und in Würfel mit 0,5 cm Kantenlänge schneiden. Eventuell mit Gemüsehobel zuerst in Stifte schneiden. In reichlich Salzwasser 3 Minuten kochen. In Sieb abgießen, aber nicht abspülen. Auf Küchentüchern ausbreiten und abtrocknen lassen.  
2. Rote Beete ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden.  
3. Teller vorwärmen.  
4. Seeteufelfilets längs in 8-10 mm dicke Scheiben schneiden. Waschen, trocknen, mit etwas Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Eine Grillpfanne

dünn mit Olivenöl ausstreichen, auf mittlerer Hitze vorheizen und die Filets insgesamt 3-4 Minuten grillen. Am Schluss Wasabi mit Sahne verrühren und den Fisch damit auf beiden Seiten bepinseln.

5. Inzwischen die Kartoffeln in beschichteter Pfanne mit 1 EL Olivenöl und einer Ecke Butter braten, bis sie leicht gebräunt sind. Salzen und pfeffern.

6. Inzwischen auch die Schalotte in Butter anschwitzen und dann die Rote-Beete-Würfel, die Kapern und die Zitronenfilets dazugeben.

7. Die Seeteufelfilets auf heißen Tellern anrichten, Garnitur darüber geben.

## Hinweise:

Feines Wochenendessen. Ein wenig aufwändig, insbesondere die Kartoffeln. Erfordert einen geübten Koch.

## Schlagworte:

schwer, Zubereitung ca. 35 min, Hauptspeisen, Fisch, Seeteufel, international

Rezeptanregung: Eckart Witzigmann im SZ Magazin vom 01.02.2002  
Anpassung und Foto: Walter Stand 06.01.2023