



Kabeljau auf Süßkartoffel-Sellerie-Stampf

Zeitaufwand: 20 Min. / Schwierigkeit: Leicht

Zutaten

1 Kabeljaufilets 375 g »

900 g Süßkartoffeln

300 g Knollensellerie

1,5 Zwiebel(n)

300 ml Gemüsebrühe

1,5 Tl Ras el hangout

150 g Crème fraîche

Pfeffer

Salz

etwas Öl

Zubereitung

1. Süßkartoffel und Knollensellerie schälen und zusammen mit den Zwiebeln würfeln.
2. Gemüse in der Brühe ca. 15 Minuten garen.
3. In dieser Zeit den aufgetauten Kabeljau in der Pfanne mit Öl von jeder Seite 2-3 Minuten anbraten.
4. Gegartes Gemüse mit einem Pürierstab oder Stampfer zu einem Stampf verarbeiten.
5. Crème fraîche unterrühren und mit Ras el hangout, Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.
6. Süßkartoffel-Sellerie-Stampf auf die Teller verteilen und mit dem Kabeljau servieren.

Wichtiger Hinweis: Das Produkt vor dem Verzehr durcherhitzen!