

## Backfisch im Kartoffelmantel auf Kürbisgemüse

Rezept von Gregor Engels, Koch bei „Fisch Franke“, Frankfurt  
(für 4 Personen)

### Zutaten für den Backfisch:

- 8 Stücke Seelachsfilet à ca. 80g
- 160 g Mehl 1 Ei
- 200 ml Weißwein oder Bier
- 1 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Muskat, geriebene Schale einer unbehandelten Zitrone
- 4 grob geriebene gekochte Kartoffeln
- Pflanzenöl zum Ausbacken

### Zutaten für das Kürbisgemüse:

- 800g Kürbisfleisch vom Muskartkürbis
- 1Prise Chilifäden oder Flocken
- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 20g Ingwer
- 2 EL Butterschmalz
- 1 Stück Orange
- Salz, Pfeffer, Muskat, Zucker
- Petersilie, Kürbiskerne, Kürbiskernöl

### Zubereitung Backfisch:

Mehl, Ei, Weißwein, Olivenöl in eine Schüssel geben und einen glatten Teig herstellen. Teig mit Salz, Pfeffer und der geriebenen Zitronenschale abschmecken. Durch diesen Teig werden nun die gewürzten Fischfilets gezogen, die vorher einmal in Mehl gewendet worden sind. Nun die Filets in den gewürzten Kartoffelspänen wenden und leicht andrücken. Die Seelachsstücke werden anschließend im Pflanzenfett in einer auf ca. 160°C erhitzten Pfanne goldgelb ausgebacken. Den Fisch herausnehmen, gut abtropfen und auf dem Kürbisgemüse, gerne mit etwas Remouladensauce servieren.

**Zubereitung Gemüse:**

Kürbis in Rauten von ca. 20 mm Kantenlänge schneiden, Zwiebel, Knoblauch und Ingwer in feine Würfel schneiden. Petersilie waschen, trocknen und fein schneiden. Butterschmalz in einer Pfanne heiß werden lassen und die Zwiebel-, Knoblauch- und Ingwerwürfelchen, sowie Chilifäden kurz anschwitzen. Kürbisrauten dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Orangenzesten und Orangensaft zufügen und das Gemüse 10-15 Minuten leicht köcheln lassen.

Der Kürbis ist dann gar, aber noch bissfest. Mit Zucker, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Petersilie unterheben und mit Kürbiskernöl und gerösteten Kürbiskernen servieren.