



GEGRILLTE KABELJAU-KOTELETTS MIT HARISSA-BUTTER



Für 4 Personen

ZUTATEN

4 Kabeljau-Koteletts (ca. 800 g)
 3 EL Olivenöl
 Abrieb und Saft ½ Bio-Limette
 schwarzer Pfeffer aus der Mühle
 80 g weiche Butter
 1 kleine, fein gehackte Knoblauchzehe
 1 EL fein gehackte Pfefferminze
 ½ EL fein gehackte Korianderblätter
 1–2 TL Harissa-Paste (je nach Belieben)
 ¼ TL gemahlener Kreuzkümmel
 1 fein gehackte rote Chilischote
 100 g Rucola
 1 EL Rotweinessig
 Salz
 1 geviertelte Limette

ZUBEREITUNG

Fischkoteletts in eine Form legen. 2 EL Olivenöl mit Limettenschale, -saft und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer verrühren. Die Fischkoteletts auf beiden Seiten damit einpinseln. 30 Min. kalt stellen.

In der Zwischenzeit die weiche Butter mit Knoblauch, Kräutern, Harissa, Kreuzkümmel und etwas Salz verrühren. Butter in ein kleines Förmchen streichen und kalt stellen.

Die Grillplatte auf das Induktionskochfeld legen und auf Stufe 7 erhitzen. Die Fischkoteletts auf beiden Seiten ca. 4 Min. grillen. Etwas salzen.

Rucola abbrausen, abtropfen lassen und auf eine Platte legen. Mit dem restlichen Olivenöl und Rotweinessig beträufeln, salzen und pfeffern. Die gegrillten Kabeljau-Koteletts darauf legen. Mit der Harissabutter belegen und mit der fein gehackten Chilischote bestreuen. Mit Limettenvierteln servieren.