

Fisch-Gemüse-Ragout auf Maultaschen



Ragout auf Maultaschen mit Parmesan

Ich hatte von den Conchiglioni-Pangasius-Garnelen-Spießen noch Fischfond-Cognac-Sauce übrig, die ich verwerten wollte. Sie ist sehr würzig, da die Kräuterbutter, die als Würze in die Conchiglioni kommt, sich beim Garen in der Sauce auflöst und diese zusätzlich würzt. Wenn man das letztere Gericht nicht zubereitet und somit keinen Rest der Sauce übrig hat, gibt man alternativ zum Ragout einfach mehr Fischfond hinzu. Dann kommt etwas Cognac dazu, mit dem man alles flambiert. Abschließend wird mit Salz und Pfeffer gewürzt.

Zu einem Fisch-Gemüse-Ragout würde sicherlich am ehesten Reis passen, aber ich wählte selbst zubereitete Maultaschen, die ich noch eingefroren hatte. Gewürzt wird das Gericht mit etwas frisch geriebenem Parmesan und Zitronensaft, was ja gut zum Fisch passt.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Kabeljaufilet
- 1 kleine Fenchelknolle
- 1 kleine Gurke
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- trockener Weißwein
- 100 ml Fischfond
- 100 ml Fisch-Cognac-Sauce
- *alternativ:* 100 ml Fischfond, 2 cl Cognac, Salz, Pfeffer
- 1 TL getrocknetes Wurzelgrün
- Butter

- 6 große Maultaschen

- $\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft)
- Parmesan

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Fenchel putzen und in grobe Stücke schneiden. Gurke längs halbieren und quer in dünne, halbkreisförmige Scheiben schneiden. Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Fischfilet längs halbieren und quer in dickere Streifen schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Fenchelstücke, Schalotte und Knoblauch darin kräftig anbraten. Mit einem Schuss trockenem Weißwein ablöschen und Fond dazugeben. Fenchel etwa 5 Minuten bei mittlerer Temperatur köcheln lassen. Dann Gurkenstücke hinzugeben und weitere 5 Minuten köcheln. Schließlich Fischfiletstücke hinzugeben, den Rest der Fischfond-Cognac-Sauce und alles bei mittlerer Temperatur noch 5–10 Minuten köcheln lassen und reduzieren. Alternativ gibt man nochmals Fischfond hinzu, dann den Cognac, flambiert alles und würzt mit Salz und Pfeffer. Bei der Verwendung des Fischfond-Cognac-Saucenrests braucht man das Gericht überhaupt nicht würzen. Es soll dann nach dem Reduzieren eine etwas sämige Sauce übrig sein. Wurzelgrün

dazugeben und alles vermengen.

Währenddessen Brühe in einem Topf erhitzen und die Maultaschen in der nur siedenden Brühe 5–10 Minuten erhitzen. Maultaschen auf einen großen Teller geben und das Ragout darüber geben. Frisch geriebener Parmesan darüber verteilen und Zitronensaft.