

„Suti kocht“: Karpfen im Speckmantel

Karpfen ist in Sachen Zubereitung und Geschmack für viele ein schwieriger Fisch. Wie der Fisch aber perfekt gelingt, haben Manfred und Robert von den Fischerfreunden in Dornbirn unserem ORF-Koch Christian „Suti“ Suter gezeigt.

Zeitaufwand: 1 Stunde

Menge: 4 Personen

©Suti



Karpfen im Speckmantel

2 bis 2,5 kg Karpfen vom Fachhändler filetieren und schröpfen lassen. Nun von der Haut befreien und in mundgerechte Würfel schneiden. (Sie können auch kleinere/flache Stücke übereinander legen - der Fisch „klebt“ beim garen dann wieder zusammen). Mit wenig Salz und Pfeffer würzen und einzeln in Bauchspeckscheiben wickeln. In eine heiße Pfanne legen und auf der Speckseite rundherum anbraten. Mit Zitronenöl nappieren!

Für die Creme-Linsen 1 Zwiebel und 4 Knoblauchzehen fein gehackt in Butter anschwitzen, 2 Tassen rote Linsen dazu und kurz durchrühren, mit einem Schuss Weißwein ablöschen und einreduzieren lassen, mit 4 Tassen Suppe aufgießen und ca. 10 min auf kleiner Flamme köcheln lassen. In der Zeit 2 Kartoffeln schälen, in 1cm-Würfeln schneiden und weitere 10 min mitköcheln lassen. Würzen mit Salz und Gewürzen nach Wahl (Curry, Tandoori-Masala, Koreander, Kardamom, Zimt, ...) und zum Schluß abrunden mit 2 El Creme Fraiche.

Publiziert am 11.10.2017

[mehr Radio Vorarlberg](#)