



## Dampfgegartes Goldbutt in Madras-Curry-Sauce



### Zutaten:

- 600 g Flunderfilet
- 1 + 2 EL Butter
- 200 ml Weißwein
- 1 EL Madras Curry-Gewürz
- 1/2 Bio-Zitrone(n)
- 300 ml Sahne
- nach Bedarf Salz
- nach Bedarf Pfeffer
- 2 Banane(n)
- 20 g Mandelblättchen



Kuhn Rikon Schnellkochtopf  
Seitengriffmodell Duromatic Inox



Kuhn Rikon Dämpfeinsatz 2-in-1



Kuhn Rikon Hotpan Servierkochtopf  
in gelb



Le Creuset Aluminium-Antihaf-  
Pfanne flach



Microplane Zester Master

1

Für die Garnitur 2 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Bananen erst für quer, dann der Länge nach halbieren und aus der Schale lösen. Die Bananenhälften in die Pfanne geben und auf jeder Seite hellbraun anbraten. Die Bananen beiseite stellen und warm halten.

2

Die Bratpfanne mit Küchenpapier ausreiben und die Mandelblättchen ohne Fett hellbraun rösten. Ebenfalls beiseite stellen.

3

Die Fischfilets auf Frischhaltefolie auslegen. Die Zitrone heiß waschen und die Schale abreiben. Zitronenabrieb zusammen mit Salz und Pfeffer auf den Fisch geben. Anschließend einmal zusammenfalten.

4

In den Kuhn Rikon Duromatic den Dämpfeinsatz geben und mit 1 EL Butter einfetten. Die Fischfilet hinein legen.

5

Weißwein und Madras-Curry in den Topf geben und darauf den Dämpfeinsatz platzieren. Den Deckel auflegen und aufkochen bis ein Dampfzähnen zwischen Deckel und Topfrand hochsteigt. Die Leistungsstufe reduzieren und für 3 Minuten leicht sieden lassen.

6

Den Kochassistent der App starten. Die App kann im entsprechenden Store für iOS und Android kostenfrei installiert werden.

7

Anschließend den Schnellkochtopf in die Warmhalteschüssel stellen. Weitere 10 Minuten softgaren.

8

Den Fisch ohne Fond auf eine Servierplatte geben und warm halten.

9

Den Fond im Topf auf die Hälfte des Volumens einkochen.

10

Die Sahne hinzufügen und kurz aufkochen. Mit Salz & Pfeffer abschmecken.

11

Den Fisch mit der Sauce übergießen. Mit den Bananen und Mandeln garnieren.

Statt Flunderfilet kann auch Rotzungenfilet verwendet werden. Wer die Sauce etwas dickflüssiger möchte, sollte nach dem hinzufügen der Sahne noch einen Saucenbinder beifügen.