



## Seeteufel auf toskanische Art

von Lars Tetzlaff

### Zutaten für 4 Personen:

1 kg Seeteufelfilet  
1 mittelgroße Zwiebel  
2 Zehen Knoblauch  
2 TL Salz  
1 Zitrone  
100g Mehl  
4 EL Olivenöl  
125 ml trockener Weißwein  
250 ml Tomatensauce  
2 EL gehackte Petersilie  
1/2 TL Cayennepfeffer  
125 ml süße Sahne  
4 cl Cognac  
50g Butter

### Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken. Die Seeteufelfilets in ca. 50 g schwere Medaillons schneiden und leicht klopfen. Mit einem TL Salz und dem Zitronensaft würzen und in Mehl wenden. In einer Pfanne mit hohem Rand das Öl erhitzen. Die Medaillons darin bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 2 Minuten anbraten. Herausnehmen und warm stellen.

Zwiebel und Knoblauch in das heiße Fett geben und kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und die Tomatensauce dazugeben. Einmal aufkochen lassen und Petersilie, Pfeffer, und Sahne unterrühren.

Die Fischmedaillons hineinlegen und bei kleiner Hitze 5 Minuten ziehen lassen. Dann herausnehmen, warm stellen und Cognac in die Sauce einrühren. Dann mit dem restlichen Salz abschmecken, einmal aufkochen lassen und danach vom Feuer nehmen. Die kalte Butter flockenweise unterziehen.

**Zum Abschluss** die Filets auf vorgewärmte Teller geben und mit der Sauce bedecken.

