



Fischauflauf

Für 4 Portionen

Zutaten:

- 250g Kabeljaufilets
- 225g geräucherte Makrelen- oder Kabeljaufilets
 - 150ml Milch
 - 150ml Wasser
 - 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 1 unbehandelte Zitrone, halbiert
 - 1 frisches Lorbeerblatt
- 1 Zweig frischer Zitronenthymian
 - 85g Butter
 - 25g Mehl
- 3 EL frisch gehackte Petersilie
 - Salz
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 450g Kartoffeln, geschält und geviertelt
 - Etwa 3 EL Milch
 - 100g Lachs, gewürfelt
 - 100g rohe Garnelen, gehackt
- 3 hart gekochte Eier, grob gehackt
 - 115g geriebener Käse

Zubereitung:

- 1) Das Kabeljaufilet, den Räucherfisch, die Milch, das Wasser, die Pfefferkörner, die Zitrone, das Lorbeerblatt und den Thymian in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und alles 8 Minuten lang köcheln lassen, bis der Fisch fast gar ist.
 - 2) Durch ein Sieb gießen und die Garflüssigkeit auffangen.
- 3) Sobald der Fisch abgekühlt ist, Haut und Gräten entfernen, das Fleisch zerpfücken und in eine Schüssel geben. Den Ofen auf 200°C vorheizen.
- 4) In einen kleinen Topf 25g der Butter zerlassen. Das Mehl einstreuen und etwa 1 Minute unter Rühren anschwitzen. Nach und nach die zurückbehaltene Garflüssigkeit zugießen und aufkochen; dabei ständigiterrühren, damit sich keine Klumpen bilden. Die Petersilie zugeben und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5) Inzwischen die Kartoffeln in Wasser 10-15 Minuten kochen, bis sie weich sind. Abgießen und mit 25g Butter und etwa 3 Esslöffeln Milch zerstampfen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 6) Die Lachswürfel und die Garnelen zu dem gegarten Fisch geben. Die Eier und die Sauce zufügen und alles mit einem Holzlöffel sorgfältig vermengen. Die Mischung in eine Auflaufform füllen.
- 7) Die Fischmischung gleichmäßig mit dem Kartoffelpüree bedecken und die restliche Butter in Flocken darüber verteilen. Mit Käse bestreuen und 20-25 Minuten im Ofen backen, bis die Oberfläche goldbraun ist und das Innere blubbert.

Alternative Fische: Jede Art von Fischfilet und Räucherfisch (z.B. Hering, Schellfisch, Sardine)

Guten Appetit wünscht Ihr Fisch Klassen Team

