



**Kochen  
mit Globus**




**Geheirade  
mit kross gebratenem Seelachsfilet**




## Zutaten:

4 Seelachs-Filets	4 Eier
300 g festkochende Kartoffeln	150 ml Sahne
8 Scheiben Bacon	etwas Butterschmalz
250 g Mehl	Salz, Pfeffer und Muskat
250 g Quark	

*Dazu passt: Apfelmus*

 4 Personen

 40 Min.

 Schwierigkeitsgrad



Schauen Sie das passende Zubereitungs-video auf YouTube an!

[www.youtube.de/Globus](http://www.youtube.de/Globus)

## Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen, waschen, in etwa 1 cm dicke Streifen schneiden und in gesalzenem Wasser garen. Den Quark, das Mehl und die Eier in eine Schüssel geben und vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Von der fertigen Masse mit einem Esslöffel Nocken abstechen und ebenfalls in gesalzenem Wasser so lange köcheln, bis sie an der Oberfläche schwimmen (ca. 3–4 Minuten).

Die Sahne in einer Pfanne aufkochen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffeln und die Mehlknödel hinzugeben und leicht köcheln lassen, bis die Sahne verkocht ist. Den Seelachs in etwas Mehl wenden, gut abklopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend in einer Pfanne mit etwas Butterschmalz von beiden Seiten anbraten. Die Baconscheiben dazugeben und fertig braten. Beim Anrichten den Bacon über den Seelachs geben.

