

# TAPAS – KABELJAU MIT OLIVEN UND GETROCKNETEN TOMATEN

## TAPAS – KABELJAU MIT OLIVEN UND GETROCKNETEN TOMATEN

Heute habe ich mal wieder ein leckeres Tapas Rezept für euch – Kabeljau mit Oliven und getrockneten Tomaten, auch bekannt als „das Rezept das für meine grüne Woche nicht grün genug war“. Gerade als Tapas verträgt der Kabeljau aus meiner Sicht ja auch mal ein paar kräftigere Aromen und in dem leckeren Sud braucht er nichts weiter als ein bisschen Weißbrot – schon hat man mit 2-3 Tapas ein tolles Abendessen auf dem Tisch stehen. Bei mir ist alles im Seafood Style geblieben und der Kabeljau hat sich zu den Riesengarnelen gesellt. Ein recht knoblauchlastiges Abendessen, aber unglaublich lecker!



© katha-kocht!

### ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

200g Kabeljau

10 grüne Oliven

3-4 getrocknete, in Öl eingelegte Oliven

1 Knoblauchzehe

Pfeffer & Salz

etwas Olivenöl

100ml Noilly Prat (alternativ Wermuth oder trockener Weißwein)

ZUBEREITUNG:

Den Fisch in saftige Stücke schneiden, die Tomaten in Streifen und die Oliven in Scheiben schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Alles miteinander vermengen, mit Pfeffer und Salz würzen, kurz beiseite stellen und etwas ziehen lassen.



Eine beschichtete Pfanne erhitzen und Den Fisch hinein geben. Nur kurz bei scharfer Hitze anbraten und sehr vorsichtig wenden damit der Fisch nicht zerfällt. Mit Noilly Prat ablöschen, die Hitze reduzieren und den Fisch 3-4 Minuten im Sud gar ziehen lassen.

Den Kabeljau mit grünen Oliven und getrockneten Tomaten in einem passenden Schälchen anrichten und mit etwas Weißbrot servieren.

Lasst es euch schmecken!



© katha-kocht!