

# TAPAS – SCHWERTFISCH MIT TOMATEN UND SHERRY

## TAPAS – SCHWERTFISCH MIT TOMATEN UND SHERRY

Passend zu meinem aktuellen Blog-Event „Tapas-Party“ gibt es von mir diese leckeren Tapas mit Schwertfisch. Den habe ich schon das eine oder andere Mal – wie z.B. hier – für meine Tapas eingesetzt und er gehört wegen seiner festen Konsistenz definitiv zu meinen liebsten Fischen.



### Zutaten:

250g Schwertfisch

3 kleine Knoblauchzehen

1/4 rote Zwiebel

4 EL Olivenöl

Pfeffer & Salz

3-4 Thymianzweige

3 mittelgroße Strauchtomaten

1/2 Zitrone

50 ml Sherry

### Optional:

etwas Weißbrot

### Zubereitung:

Wer mehrere Tapas zubereitet sollte diese hier eher zum Schluss in Angriff nehmen. Die Zubereitung dauert 20-25 Minuten.



Ich würfel das Schwertfischsteak in saftige Brocken (ca. 2x2cm). Den Knoblauch schneide ich in feine Stifte, die Zwiebel wird klein gehackt.



Dann gebe ich Schwertfisch, Knoblauch und Zwiebel auf einen tiefen Teller, beträufel das Ganze mit Olivenöl und würze es mit Pfeffer und Salz. So lasse ich den Fisch ungefähr 10 Minuten marinieren. Er darf natürlich auch gerne länger stehen.



Wenn eure anderen Tapas langsam so weit sind oder bereits im Ofen warm gehalten werden geht es weiter. Ich gebe den Fisch samt Ölmarinade in eine heiße Pfanne und brate ihn 3 Minuten lang von allen Seiten an. Aufpassen, dass die Zwiebel keine Farbe bekommt. Den Saft aus der halben Zitrone über den Fisch geben.



Den Fisch aus der Pfanne nehmen und den fein gehackten Thymian und die in kleine Stücken geschnittene Tomate hinein geben. 30 Sekunden braten lassen bis etwas Flüssigkeit ausgetreten ist und mit dem Sherry ablöschen. Mit einem Holzlöffel den leichten Bratensatz lösen, gut umrühren, nochmal mit etwas Pfeffer und Salz würzen und die Herdplatte ausstellen. Den Fisch zurück in die Pfanne geben, einmal gut schwenken und in einem passenden Schälchen anrichten.

Die Sherry Sauce unbedingt mit Weißbrot aufdippen – die schmeckt super.

Viel Spaß damit!

