

## **Gebratenes Waldviertler Karpfenfilet mit Karfiol & Wirsing**

600g Karpfenfilet geschöpft  
Salz, Pfeffer  
Zitronenthymian  
Öl & Butter zum Braten

Karpfen würzen und mit der Hautseite langsam knusprig braten. Zum Schluss etwas Butter dazugeben und mit Zitronenthymian verfeinern.

½ kg Karfiol  
¼ l Obers  
Salz, Chilipulver, Muskatnuss, Zitronensaft  
100g Blattpetersilie  
200ml neutrales Sonnenblumen oder Raps Öl  
Verjus

Karfiol in Würfel schneiden und mit dem Obers zu einem Püree kochen – das Gemüse ca eine halbe Stunde leicht köcheln lassen bis das Obers schön einreduziert ist und das Gemüse weich ist. Danach im Thermomix zu einem feinem Püree mixen und abschmecken.

¼ Wirsingkopf  
1 Stück roter Zwiebel fein gehackt.  
Wirsing klein schneiden und für 8 Minuten in Salzwasser kochen. In Eiswasser abschrecken und mit dem roten Zwiebel in Butter anbraten.