| AUFWAND | KOCHDAUER | SAISON | HERKUNFT |
|---|---|---|---|
| klein | 20 Min. | Herbst | international |

# WIRZ MIT SARDELLEN-BUTTER



## KURZ VORGESTELLT

«Ein herrliches Essen, wenn es draussen nicht mehr so heiss ist und der Appetit erwacht, zum Beispiel nach dem zweiten Glas Rosé, der im Übrigen der perfekte Begleiter für dieses Gericht ist.» Christian Seiler im MAGAZIN vom 2. Juli 2022.

## ZUTATEN (4 PERSONEN)

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | Wirz, gevierteilt | 5 | Sardellenfilets |
| 3 EL | Olivenöl | 1 | Zitrone |
| 60 g | Butter | | Meersalzflocken, Pfeffer aus der Mühle |

## ZUBEREITUNG

1. Das Öl in einer grossen - idealerweise gusseisernen - Pfanne erhitzen. Sobald es sehr heiss ist, den Wirz mit den Schnittflächen nach unten bei mittlerer bis hoher Hitze 4-6 Min. braten, bis er gut gebräunt und karamellisiert ist. (Dafür ist kein zusätzlicher Zucker notwendig, derjenige in den Blättern genügt.) Aufpassen, dass der Wirz nicht anbrennt. Mit einer Küchenzange wenden und auch die andere Seite des Wirzviertels 4-6 Min. braten. Wirz auf eine Servierplatte legen.
2. Butter und Sardellen in die Pfanne geben. 2 Min. aufschäumen und bräunen lassen, während sich die Sardellen auflösen.
3. Sardellenbutter auf den Kohl löffeln und alles grosszügig mit Zitronensaft beträufeln, anschliessend salzen und pfeffern.

TIPP: Kann lauwarm serviert werden. Statt Zitronen- frisch gepressten Orangensaft verwenden.

Rezept: Alison Roman. Nothing Fancy. Dorling Kindersley 2022 - Foto: compactcook.com