



Seeteufelbäckchen mit Kirschsoße „AllinOne“

Zutaten:

- 500g grüner Spargel
- 400g Seeteufelbäckchen
- 150g Kirschen
- 4 kleine Kartoffeln
- Tomaten
- Knoblauch
- Rosmarin
- Kirschsafft
- Speisestärke
- rote Zwiebel
- 1 Zitrone
- Curry, Paprika, Chilli Salz, Pfeffer, Olivenöl



Zubereitung:

Putzen Sie die Seeteufelbäckchen. Entfernen Sie die Haut und den Knorpel. Geben Sie die Seeteufelbäckchen in eine Schüssel. Pressen Sie den Saft einer Zitrone darüber und geben Sie Olivenöl dazu. Würzen Sie mit Chilli, Salz, Pfeffer, Curry und Paprika. So haben Sie eine kleine Marinade in der Schüssel. Vermengen Sie die Masse mit einer Knoblauchzehe. Legen Sie die Seeteufelbäckchen anschließend in eine große Auflaufform oder auf ein Backblech.

Legen Sie auch den Spargel und die Kirschtomaten auf das Backblech/in die Auflaufform. Schneiden Sie die Kartoffeln in Scheiben und legen Sie sie dazu. Salzen und mit Olivenöl benetzen.

Geben Sie das Blech oder die Form anschließend bei 180°C für 10-12 Minuten in den Backofen. All-in-One.

Für die Kirschsoße: Entsteinen Sie die Kirschen. Schneiden Sie Zwiebeln und Knoblauch in dünne Scheiben. Rösten Sie die Zwiebeln und Knoblauch kurz in einem kleinen Topf an. Wer mag kann mit Rotwein ablöschen. Schütten Sie den Kirschsafft dazu. Würzen Sie mit Salz, Pfeffer und Chilli. Geben Sie die Kirschen mit dazu und lassen Sie die Soße nochmal kurz aufkochen. Vermengen Sie die Speisestärke mit Wasser und binden Sie die Soße damit ab. Binden Sie die Soße etwas stärker ab, als Sie sie später auf dem Teller haben wollen, da die Kirschen noch Wasser abgeben. Aber aufpassen, dass die Soße auch nicht zu dick wird.

Richten Sie alles auf einem Teller an und servieren Sie es direkt.

Guten Appetit!



**FRANKEN
FERNSEHEN**