

In Öl konfierter Seesaibling mit Spargel-Erbesen-Ragout und Tomatenküchlein

Zutaten 4 Personen

Saibling

600 g See-Saibling – ohne Haut und Gräten
400 ml mildes, erstklassiges Olivenöl
3 Rosmarinzweige
4 Thymianzweige
Salz, Pfeffer

Tomatenküchlein

125 g Butter
75 g Tomatenmark
250 g Ei (ca. 5 Gr./M)
100 g Eigelb (ca. 3 Gr./M)
45 g Isomalt (nicht süßer Zucker)
50 g Mehl
25 g Stärke
5 g Backpulver
1 große Tomate

Spargel-Velouté

500 ml Spargelfond
250 g gekochter grüner Spargel
50 g Blattpetersilie
100 g Butter
Salz, Pfeffer

Spargel-Erbesen-Ragout

6 Stangen grüner Spargel, gekocht, in Würfel
6 Stangen weißer Spargel, gekocht, in Würfel
6 EL geschälte, gekochte, frische Erbsen
1 EL gehackte Blattpetersilie
50 ml Spargelfond
1 EL Butter
Tomatenwürfel (Tomatenküchlein)

Zubereitung

Seesaibling Das Olivenöl mit den Kräutern auf ca. 120 °C erhitzen und für 30 Minuten beiseite stellen, damit das Aroma der Kräuter in das Olivenöl übergeht.

Tomatenküchlein Die Butter zergehen lassen, mit dem Tomatenmark vermengen und gut durchmischen. Eier und Eigelbe mit Salz und Isomalt aufschlagen. Die Butter-Tomatenmark-Mischung vorsichtig zugeben, Mehl, Stärke und Backpulver langsam unterheben. Die Masse in kleine Soufflé-Formen füllen und bei 190 °C Umluft 10 Min. in den vorgeheizten Backofen geben. Die große Tomate kurz blanchieren und die Schale abziehen. Die Tomate vierteln und das Kerngehäuse entfernen, ohne es dabei zu beschädigen. Das Kerngehäuse wird später auf

dem Teller mit einer Prise Meersalz dekorativ angerichtet. Das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden und für das Spargel-Ragout beiseite stellen.

Kochkolumne! Rezept: Paul Stradner

Essen-Trinken *liveMagazin* Juli-Aug 2013

Rezept Fisch

Spargel-Velouté Alle Zutaten im warmen Zustand gut mixen (z. B. Thermomix 70 °C). Durch ein feines Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken (kann nach Wunsch mit etwas Pfeilwurzelstärke abgebunden werden).

Spargel-Erbesen-Ragout Alle Zutaten in einer kleinen Stiel-Kasserolle mit dem Spargelfond erhitzen, die Butter einrühren, bis die Flüssigkeit gut reduziert ist und das Gemüse einen schönen Glanz erhält. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fertigstellen und anrichten Während die Beilagen temperiert werden, sollte das aromatisierte Öl auf 70 °C erhitzt werden. Die Saiblingfilets in vier Portionen teilen, würzen, in das Öl einlegen und darin 10 Minuten langsam gar ziehen lassen. Der Fisch sollte beim Servieren glasig sein und eine Kerntemperatur von ca. 40 °C aufweisen. Alle Zutaten dekorativ in einem tiefen Teller anrichten. Als Garnitur Basilikumkresse oder kleine Basilikumblätter verwenden.

Guten Appetit!

