

## **Seeforelle mit Erdäpfelschalen-Dashi, Karfiol, Einkorn, Vogelbeeren & Cumeo-Pfeffer**

Rezepte für 4 Personen

### 480g Seesforellenfilet

Fleur de sel

Leindotteröl

*Von den Filets die Gräten ziehen, die Haut abziehen & gründlich zuputzen. Die Filets salzen & 20 Minuten rasten lassen. Danach mit Leindotteröl beträufeln & Vakuumieren. Bei 56 C 15 Minuten Sous Vide garen. Beim Anrichten nochmals leicht mit Fleur de sel würzen.*

### Erdäpfelschalen-Dashi

200g rohe Erdäpfelschalen

100g Zwiebel

1,2l Wasser

Salz, Zucker

Fischabschnitte

Sojasoße

*Zwiebel fein schneiden und auf ein Blech gemeinsam mit den rohen Erdäpfelschalen & den Fischabschnitten verteilen. Eine halbe Stunde bei 175C im Rohr rösten. Mit kaltem Wasser aufsetzen und 1 ½ Stunden warm ziehen lassen. Passieren, einkochen lassen und abschmecken.*

### Karfiolcreme

200g Karfiol

50g Obers

Salz

*Karfiol gründlich waschen, in klein schneiden und mit Obers im Thermomix bei 100C 20 Minuten auf Stufe 4 Mixen, danach kurz auf Stufe 10 fein mixen und abschmecken.*

### Gebratener Karfiol

100g Butter  
200g Karfiol

Den Karfiol waschen & in einzelne Röschen teilen. Langsam in brauner Butter braten & mit Salz abschmecken

### Eingelegte Vogelbeeren

40g Vogelbeeren  
40g Zucker  
100ml Wasser  
8g Cumeo Pfefferkörner  
10ml Weißweinessig

Vogelbeeren gut waschen, Zucker, Cumeo Pfefferkörner & Wasser zum Kochen bringen, Vogelbeeren dazu geben & 5 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Essig abschmecken & auskühlen lassen.

### Cumeo Pfeffer Gel

130g Tafelessig  
250g Kristallzucker  
500g Wasser  
10g Cumeo Pfefferkörner  
16g Agar Agar

*Die Pfefferkörner mit Essig, Zucker & Wasser aufkochen lassen und ½ Stunde ziehen lassen, abpassieren, einige Pfefferkörner drinnen lassen, nochmal aufkochen & mit Agar Agar binden. Abkühlen lassen und zu einem feinen Gel mixen.*

### Cumeo Pfeffer Chip

200g Buchweizen  
500ml Wasser  
Salz  
5g Cumeo Pfeffer

Buchweizen 20 Minuten weich kochen. Im Thermomix zu einer feinen Paste mixen. Ganz dünn auf Backpapier aufstreichen & mit gemahlener Cumeo Pfeffer bestreuen. Bei 110°C Heißluft im ohne Wind ca 40 Minuten trocknen lassen, danach in Chips brechen.

### Schnittlauchöl

100ml neutrales Pflanzenöl

20g Spinat

50g Schnittlauch

Alle Zutaten im Thermomix auf 70C auf Stufe 6 mixen, danach eine halbe Minute auf Stufe 10 mixen. Das Öl durch ein feines Sieb passieren & rasch auf Eis abkühlen

### Einkorn

100g Einkornreis

200ml Wasser

Salz

Den Einkornreis in Salzwasser 40 Minuten bissfest kochen.