

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 Ofen 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.