

Frisch gekocht
Montag, 17. Oktober 2016



Rezept von Andreas Döllerer

Erbsengazpacho mit Roten Linsen und Ceviche



20 Minuten/leicht

Zutaten für 4 Personen

4 Eismeersaiblings-Filets à 40 g, 2 Limetten, 2 Basilikumblätter, 1 Chilischote.

Für die Erbsengazpacho: 200 g Erbsen, 1 Schalotte (fein geschnitten), 4 cl Weißwein, 200 ml Rindsuppe, Salz, Cayennepfeffer, etwas Zitronensaft, Butter, Olivenöl.

Für die Linsen: 200 g rote Linsen (eingeweicht), 1 Schalotte (fein geschnitten), Olivenöl, 4 cl Riesling-Essig, 2 EL frische Erbsen (geschält), 1 EL Ofenpaprika (= im Rohr unter dem Grill gebraten, Haut abgezogen; fein gewürfelt), Gemüsesuppe, Salz, etwas Zitronensaft, einige Basilikumblätter.

Zubereitung

Die Fischfilets auf verbliebene Gräten untersuchen und in Streifen schneiden. Limetten mit den Händen auspressen (damit keine Bitterstoffe in den Saft kommen) und den Fisch damit marinieren. Gehacktes Basilikum und gehackte Chili beifügen, etwa 4 Minuten ziehen lassen.

Für die Erbsengazpacho Erbsen und Schalotte in Butter und Olivenöl anschwitzen, mit Weißwein ablöschen und mit Suppe auffüllen. Aufkochen lassen und mixen. Passieren, mit Salz, Cayennepfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken und kalt stellen.

Für die Linsen Schalotte in Olivenöl anschwitzen. Die eingeweichten Linsen begeben und mit Essig ablöschen. Erbsen, Paprika und Basilikum begeben, etwas Suppe zugießen. Etwa 3 Minuten köcheln lassen, mit Zitronensaft, Olivenöl und Salz abschmecken.

Ceviche mit Roten Linsen und Erbsengazpacho auf Tellern anrichten.