

Frisch gekocht
Donnerstag, 31. März 2016



Rezept von Andreas Döllerer

Waller mit Karfiol, Karamell & Haselnuss



30 Minuten/ aufwendig

Zutaten für 4 Personen

4 Wallerfilets mit Haut à 80 g, Olivenöl, 70 g Butter, Thymian, Meersalz, Pfeffer.

Für die Karfiolcreme: 400 g Karfiolrosen, 160 ml Obers, etwas Weißwein, Salz, Muskatnuss; 30 g Kristallzucker.

Zum Garnieren: Weißbrot-Croûtons, geröstete und grob gehackte Haselnüsse, Karfiolspitzen (mit Sparschäler abgeschält), 2 dünne Scheiben roh mariniertes Karfiol (mit Salz, weißem Balsamico-Essig und Olivenöl mariniert), je 12 kleine Karfiolröschen und Brokkoliröschen (blanchiert und in Butter geschwenkt)

Zubereitung

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Waller mit der Hautseite nach unten einlegen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwa 2 Minuten braten, danach den Fisch umdrehen. Butter und Thymian zugeben und in etwa 2 Minuten fertigkochen, dabei immer wieder mit der Butter übergießen.

Karfiol in gesalzenem Wasser weich kochen, abgießen und gut ausdrücken. Weißwein aufkochen und einkochen lassen. Obers und Karfiol zugeben, nochmals aufkochen und komplett einkochen lassen. Im Küchencutter fein mixen, mit Salz und Muskatnuss würzen. In einer kleinen Sauteuse den Zucker karamellisieren und einen Esslöffel Karfiolcreme begeben, mit Salz und Pfeffer würzen.

Waller in der oberen Tellermitte platzieren und mit etwas brauner Butter übergießen. Karfiolcreme anrichten und mit der Karfiol-Karamell-Creme sowie den zum Garnieren angeführten Zutaten arrangieren.