

Frisch gekocht
Freitag, 23. September 2016



Rezept von Andreas Wojta

Gedämpfter Saibling mit Topinambur und Birne

35 Minuten/ leicht



Zutaten für 4 Personen

4 küchenfertige Saiblingsfilets, 2 EL Kräutersalz, Olivenöl; 1 Birne, 1 Zweig Rosmarin, 1 Zweig Thymian, 1 EL Butter, 1/8 l Weißwein, 1 TL Zucker, Salz; 800 g Topinambur, 250 ml lauwarme Milch, 3 EL kalte Butter, Salz.

Für die Topinamburchips:
2 Topinamburen, Öl zum Frittieren.

Zubereitung

In einem geräumigen Topf reichlich Wasser erhitzen, das Kräutersalz zufügen. Die Saiblingsfilets mit Olivenöl beträufeln, auf einen Dampfeinsatz legen und diesen auf den Topf mit siedendem Wasser aufsetzen. Zugedeckt 3 bis 4 Minuten dämpfen.

Die Birne schälen, vierteln und vom Kerngehäuse befreien. Birne mit Rosmarin, Thymian, Butter, Weißwein, Zucker und einer Prise Salz in einem kleinen Topf zugedeckt im Rohr bei 170 °C in 20 Minuten weich schmoren.

Topinambur waschen, schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Durch eine Erdäpfelpresse drücken und mit lauwarmer Milch und kalter Butter zu einem Püree verrühren. Mit Salz würzen.

Für die Chips die beiden Topinamburen waschen, schälen und dünnblättrig schneiden. In heißem Fett knusprig frittieren, danach auf Küchenpapier abtropfen lassen. Gedämpftes Saiblingsfilet mit den Birnen, dem Püree und den Chips auf Tellern anrichten.