

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“



Gegrillter Saibling mit Alpengarnele, Dreierlei Kürbis

Zutaten:

Buchweizennudeln

250 g Buchweizenmehl
250 g Weizenmehl
300 g Wasser
25 g Salz

Kürbissauce

2 EL Butter
1 kleiner Hokkaidokürbis
1,5 L Wasser
250 ml Schlagobers
1 TL Currypaste
1 EL helles Miso
Salz

Saibling und Alpengarnele

120 g Saibling Grätenfrei mit Haut pro Person
12 Alpengarnelen ohne Kopf, Schale und Darm

Spaghettikürbissalat

1 kleiner Spaghettikürbis

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Garnelenschaum

Garnelenköpfe und Schalen

1 Fenchelknolle
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 Karotten
50 ml Brantwein
100 g Hummerbutter
50 g Butter
250 g Schlagobers
Cayennepfeffer, Salz, Zitronensaft

Zubereitung:

Buchweizennudeln:

Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten und 30 min Ruhen lassen. Danach Nudeln formen, in Salzwasser, kochen und in Eiswasser abkühlen. Gerne Sobanudeln oder Pizzocheri aus dem gut sortierten Handel verwenden und ebenso kochen und eiskalt abschrecken.

Kürbissauce:

Den Kürbis in Würfel zerteilt ohne Kerne und Strunk in Butter andünsten die Gewürzpasten hinzugeben und weiterdünsten, mit Wasser aufgießen und weichkochen. Am Schluss Sahne hinzugeben, fein pürieren und mit Salz abschmecken.

Saibling und Alpengarnele

Den Fisch und die Garnelen salzen, einölen und hautseitig bzw. Am Spieß grillen. Alternativ in einer beschichteten Pfanne goldbraun in Öl oder Butterschmalz braten.

Butternusskürbistempura

Den Kürbis Schälen und in 12 Kleine Stücke teilen, 3 min in Salzwasser blanchieren und In Tunkteig knusprig frittieren.

Spaghettikürbissalat

Den Kürbis halbieren, entkernen und 25 min bei 180 °C im Ofen backen. Dann das ausgelöste Fruchtfleisch mit Honig, Chardonnayessig und Salz marinieren

Garnelenschaum

Die Köpfe und Schalen in einem Topf mit etwas Öl anrösten, mit etwas Brantwein ablöschen und mit dem Gemüse und Wasser kalt zustellen. Den Fond dann 3 h köcheln lassen, durch ein Sieb passieren einreduzieren und mit Hummerbutter, Butter und Schlagobers zur gewünschten Konsistenz montieren. Mit Cayennepfeffer, Salz, Zucker und Zitronensaft abschmecken.

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Zum Anrichten: Garnelenschaum Knuspriger Buchweizen, Kerbel, SILZER
Kürbiskernöl.