

Gedämpfte Forelle mit Karfiol, Mädesüß-Sauce und Buddhas Hand

Rezept von Benjamin Kern, Koch aus Bischofshofen

Zutaten

- 1 Ganze Forelle
- 300 g Wurzelgemüse
- 2 Zwiebel
- 2 Tomaten
- 100 g Champignons
- 1/2 Karfiol
- 6 Schalotten
- 30 ml Mädesüß Sirup
- 100 ml Weißwein
- Buddas Hand
- 1 Zitrone
- 300 g Butter
- 200 ml Obers
- Salat nach Saison und Geschmack

Zubereitung:

Für den Fischfond:

1. Die Forellen filetieren
2. und die Karkassen mit kaltem Wasser, Wurzelgemüse, Pilzen und Tomaten zustellen.
3. Langsam zum Kochen bringen,
4. den Schaum, der sich bildet, abschöpfen
5. und anschließend Pfefferkörner und Lorbeerblätter begeben.
6. Für 30 bis 60 Minuten leicht köcheln lassen.
7. Abseihen und Reduzieren.

Für die Karfiol Creme:

1. Den Karfiol waschen und in 2-3 cm große Stücke schneiden.
2. Ewas Zwiebel in reichlich gebräunter Butter glasig anschwitzen.
3. Den Karfiol kurz mit rösten,
4. mit Obers und Gemüsefond (ansonsten Wasser) aufgießen.
5. Leicht köcheln lassen, bis der Karfiol weich ist
6. und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
7. Anschließend mindestens 2-3 Minuten mixen bis eine feine Creme entsteht.

Für die Mädesüß-Sauce:

1. In eine passende Stielkasserolle 1/3 Fischfond 1/3 Weißwein und 1/3 Obers mit fein geblättern Schalotten und etwas Mädesüß Sirup um 1/3 reduzieren.
2. Durch ein feines Sieb passieren und nach erneutem aufkochen mit etwas in Flüssigkeit aufgelöster Stärke leicht binden. Bitte wirklich aufpassen bei diesem Schritt weniger ist mehr.
3. Anschließend die Sauce von der Hitze nehmen und kalte gewürfelte Butter mit dem Stabmixer einmischen.

Für den Fisch:

1. Die Forellen Filets in Portionsgröße schneiden, auf der Fleischseite salzen
2. und für 1-3 Minuten dämpfen.
3. Wenn man ihn leicht mit dem Finger zerdrücken könnte, ist er fertig.
4. Dann die Filets auf einen angewärmten Teller geben und mit etwas Zitrone und Salz würzen.

Für den Salat:

1. Zitronensaft, Salz und Olivenöl in einer Schüssel gut verrühren
2. und den gut gewaschenen Salat kurz vor dem Anrichten unterheben.
3. Beim Anrichten die Buddhas Hand Zitrone am besten mit einem Trüffelhobel über das Gericht hobeln.

Und Genießen nicht vergessen!