

Schmeckt perfekt



Rezept von Lisl Wagner-Bacher

Kabeljau mit gerösteten roten und gelbe Rüben

40 Minuten (ohne Stehzeit)/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

4 Filets vom Kabeljau à ca. 180 g, 100 g Zucker, 100 g Salz, 100 g Ricotta, 1 EL Sauerrahm, etwas Wasabi, je 4 rote und gelbe Rüben, 2 Zehen Knoblauch, etwas Öl zum Braten im Rohr, Räuchermehl, Salz, Pfeffer, Thymian.

Für den Sud: ½ l Fischsud (ersatzweise leicht Suppe), 1 Schalotte, 1 Apfel, 1 grob geriebene rote Rübe, 1 Spritzer Apfelessig, eventuell etwas Apfelsaft, etwas roter Rübensaft, Salz, Pfeffer, Öl.

Zum Anrichten: Nussmischung (je 1 TL geräucherte Mandeln, schwarzer Sesam, weißer Sesam und gepuffter Amaranth), 2 schwarze Nüsse, Rübenblätter als Garnitur.

Zubereitung

Vom Kabeljau die Haut entfernen und aufbewahren. 1 ½ l Wasser mit Zucker und Salz vermengen und den Fisch darin 3 Stunden einlegen.

Das Räuchermehl in einem Topf erwärmen, die Fischhaut in einen Siebeinsatz einlegen und darin räuchern.

Die Rüben schälen und in Spalten schneiden (wie Wedges). Ein Blech mit Öl beträufeln und die Rüben nach Farben getrennt auf das Blech legen. Thymian, Salz, Pfeffer und Knoblauch darauf verteilen und im Rohr bei 200 °C 30 bis 40 Minuten rösten.

Für den Sud die Schalotte in Öl anbraten, die geriebene rote Rübe zugeben und mit Fischfond ablöschen. Den Apfel hineinreiben, Apfelessig, Apfelsaft und Rübensaft zugießen. Zum Schluss noch die geräucherte Fischhaut zugeben und ziehen lassen. Danach abseihen und in ein Glas füllen.

Den Kabeljau aus der Lake nehmen, in Frischhaltefolie einrollen und einige Zeit in den Kühlschrank geben.

Butter aufschäumen und etwas bräunen. Den Kabeljau darin wenden und im Dampfgarer bei 85 °C ca. 5 Minuten garen.

Ricotta mit Sauerrahm, Wasabi und Salz cremig verrühren und in eine Anrichteflasche füllen. Die Rüben und den Fisch auf einem Teller platzieren, mit der Nussmischung bestreuen und schwarze Nüsse sowie Rübenblätter darüber verteilen. Wasabicreme auf tupfen und den Rübensud zugießen.

Die Rüben und den Fisch auf einem Teller platzieren, mit Nussmischung bestreuen und schwarze Nüsse und Rübenblätter darüber verteilen. Wasabicreme auf tupfen und den Rübensud zugießen.