

Schmeckt perfekt



Rezept von Lisl Wagner-Bacher

Seeteufel auf Belugalinsen und Schinkenveluté

1 Stunde 20 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

ca. 1 kg Seeteufel, Salz, Butter, Olivenöl, Thymianzweig, einige Schinkenstreifen.

Für den Belag: Butter, 1 TL Sardellenfilets, 1 TL Knoblauch, 1 TL Weißbrot Würfel, 1 TL Kapern, 1 TL geröstete paprizierte Zwiebel (klein geschnitten), 1 TL Petersilie, etwas geriebene Bio-Zitronenschale.

Für die Linsen: 120 g Belugalinsen, 2 Thymianzweige, Lorbeerblatt, Pfefferkörner, 80 g Gemüsebrunaise (je 2 EL Sellerie- und Karottenwürfel (so klein geschnitten wie die Linsen)), Salz, Butter, Zitronenfilets.

Für die Velouté: 40 g Butter, ca. 100 g gut geräucherte Schinkenschwarte, 2 Schalotten, 200 ml Suppe, 80 g Knollensellerie, 20 g glattes Mehl, ca. 250 ml Obers.

Zubereitung

Für die Velouté kleingeschnittene Schinkenschwarte und 1 fein geschnittene Schalotte in Butter anschwitzen und mit Suppe aufgießen. Selleriewürfel dazu geben und 1 Stunde köcheln lassen. Die restliche Schalotte klein schneiden und in Butter anschwitzen, mit Mehl stauben und überkühlen lassen. Dann mit der Schinkensuppe aufgießen, Obers dazugeben, mixen ab und abschmecken.

Seeteufelfilets zuputzen, salzen und in etwas Butter und Olivenöl rundum anbraten, gegen Ende noch einen Thymianzweig und die Schinkenstreifen mitrösten.

Belugalinsen über Nacht einweichen. In leicht gesalzenem Wasser mit Thymian, Pfefferkörnern und Lorbeerblatt weichkochen, danach abschrecken. Gemüsebrunaise in Butter anschwitzen, Salz und Thymianzweig zugeben, mit etwas Schinkenfond aufgießen. Die gekochten Linsen zugeben, mit etwas Butter vollenden und mit klein geschnittenen Zitronenfilets abschmecken.

Für die Glasur Butter in einer Pfanne schmelzen. Je 1 TL Sardellenfilets, Knoblauch, Weißbrotwürfel, Kapern, Röstzwiebel und Petersilie, sowie etwas Zitronenschale dazugeben und kurz anrösten.

Den Fisch portionieren und mit dem Belag bedecken. Die Linsen mittels Anrichtering auf Tellern platzieren und den Fisch daraufsetzen. Velouté nochmals kurz aufmixen und zugießen.

TIPP: Damit die Velouté keine Klümpchen bekommt, entweder heiße Mehlschwitze mit kalter Suppe verrühren - oder kalte Mehlschwitze mit heißer Suppe glatt verbinden.

