

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Saibling, pochiert, Erdäpfel, Gewürzkraut

Zutaten

(4 Personen)

Für den Saibling

- 2 Seesaiblings-Filets a 200 g, ohne Haut und Gräten
- ½ L Gemüsefond
- 1/8 L Noilly Prat oder Weißwein
- eine Prise Salz
- 3 Wacholderkörner
- 4 cl Olivenöl
- 50 g fein geschnittenes Weißkraut

- 1 mittelgroßer Erdäpfel
- ½ Zwiebel grob geschnitten
- 1 EL Butter
- ½ L milder Gemüsefond
- ½ KL Salz
- 1/16 L Weißwein
- 1 EL Sahne

Für die Chips

- 2 Stk. festkochende Erdäpfel
- ½ TL Maizena
- eine Prise Salz

Zubereitung

Saiblingsfilets in 4 gleich große Stücke portionieren.

Gemüsefond samt Noilly Prat oder Weißwein zusammen mit den Gewürzen und Olivenöl aufkochen. Kurz kochen und vom Herd nehmen. Auf ca. 70 Grad abkühlen lassen und anschließend die 4 Saiblingssteaks in den Fond geben und garen lassen.

Ein wenig vom Fond wegnehmen und das Weißkraut darin garen.

Die Erdäpfel schälen und in kleine Stücke schneiden. Die Zwiebel in Butter angehen lassen. Erdäpfel dazugeben und kurz durchrühren. Mit Weißwein ablöschen und mit dem Gemüsefond aufgießen. Weichkochen und anschließend zu einer dickflüssigen Creme pürieren. Mit Sahne ein wenig verfeinern und mit Salz nachwürzen.

Erdäpfelchips:

Für die Erdäpfelchips die festkochenden Erdäpfel schälen, in kleine Stücke schneiden und in Salzwasser kochen, bis sie butterweich sind bzw. die Kochflüssigkeit annähernd verdampft ist. Mit einem Stabmixer pürieren, bis sich eine „kleistrige“ Creme gebildet hat. Mit Maizena binden.

Die Masse papierdünn auf eine Silikonmatte streichen und im Rohr bei ca. 115 Grad trocknen.