

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

Fotocredit: Simeon Baker



Saibling mit Kürbis und Champignons

Koch: Thomas Huber

Zutaten

(4 Personen)

Für den Fisch

- 4 Saiblingsfilets
- Rapsöl zum Beträufeln
- 1 Orange (Abrieb & Saft)
- 4 Butterflocken (für die Filets)
- Salz

Für die Kürbisröllchen

- 8 Scheiben Kürbis (hauchdünn aufgeschnitten)
- 150 g Champignons
- 1 Knoblauchzehe
- Salz
- Zucker
- Pfeffer
- Butter zum Anbraten
- 4 Blätter Estragon

Für die Orangensauce

- 250 g Orangensaft
- 100 g kalte Butterflocken

Für die Garnitur

- Meersalz
- Abrieb einer Orange
- Dillspitzen

Zubereitung

1. Für die Sauce zuerst den Orangensaft erhitzen und auf die Hälfte reduzieren lassen.
 2. Die Saiblingsfilets salzen, mit ein paar Tropfen Rapsöl beträufeln, etwas Orangenschale darüber reiben und den Saft der Orange darüber pressen.
 3. Die Fischfilets mit der Haut nach oben in eine feuerfeste und mit Butter ausgestrichene Form legen. Je eine Butterflocke auf jedes Filet legen und bei 150° C Ober-Unterhitze 10 Minuten auf oberste Schiene im Rohr garen.
 4. Währenddessen für die Duxelles (eine würzige Farce aus sehr fein gehackten Pilzen) die Champignons und den Knoblauch ganz fein hacken und in reichlich Butter anschwitzen. Mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.
 5. Vom Kürbis mithilfe der Aufschnittmaschine 8 hauchdünne Scheiben aufschneiden, diese mit der Champignon-Duxelles und je einem Blatt Estragon füllen und zu Röllchen eindrehen.
 6. Den Fisch aus dem Rohr nehmen und die Haut vorsichtig abziehen. Anschließend die Filets leicht zerteilen, in einem tiefen Teller anrichten und mit grobem Meersalz würzen.
- Tipp:** Der Fisch ist perfekt gegart, wenn sich die Haut ganz leicht löst.
7. Nun die kalten Butterflocken mit einem Pürierstab in den reduzierten Orangensaft hineinmischen, sodass ein schöner Schaum entsteht. Den Schaum mit einem Löffel über die Fischfilets geben, je zwei Kürbisröllchen dazugeben und mit Dillspitzen garnieren.