

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

Fotocredit: Simeon Baker



### **Confiertes Saiblingsfilet mit gepickelten Zwiebeln, Buttermilchtopfen und Kartoffel-Spargel-Rösti**

**Koch: Florian Hipp**

#### Zutaten

(4 Personen)

Für die Buttermilchmolke & den Topfen

- 500 ml Buttermilch
- 2 EL Sauerrahm
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Knoblauchzehe
- Salz
- Pfeffer

Für die gepickelten Zwiebeln

- 1 rote Zwiebel
- 75 ml Buttermilchfond (Molke)
- 50 ml Essig
- 25 g Kristallzucker
- 10 g Salz
- 125 ml Wasser

Für die Kartoffel-Spargel-Rösti

- 500 g geriebene, rohe Kartoffeln
- 500 g grüner Spargel
- 2 EL Grieß
- 2 EL Milch

Quelle: ORF extra

- Salz
- Pfeffer
- 1 Ei
- 50 ml flüssige Butter

Für die confierten Saiblingsfilets

- 2 große Saiblingsfilets
- 200 ml Olivenöl
- 200 ml Pflanzenöl
- Abrieb einer Zitrone
- 1 Thymianzweig
- 1 Knoblauchzehe
- Fleur de Sel

Für die Garnitur

- mariniertes Wildkräutersalat (mit etwas Pflanzenöl, Salz und Pickelfond von den Zwiebeln)

## Zubereitung

### **Am Vortag:**

**1.** Für den Buttermilchfond (Molke) die Buttermilch in einen Topf geben und langsam aufkochen lassen. Wenn sich die Molke vom Topfen trennt, diese durch ein feines Sieb in einen Topf abseihen. Den Buttermilchtopfen in den Kühlschrank stellen und am nächsten Tag verwenden.

**2.** Für die gepickelten Zwiebeln den Buttermilchfond, das Wasser, den Essig, das Salz und den Kristallzucker in einem Topf aufkochen lassen. Die rote Zwiebel schälen, den Strunk entfernen und die Zwiebel in feine Spalten schneiden. Die Spalten in ein Einmachglas füllen und den aufgekochten Fond hineingießen. Die Zwiebeln nun mindestens 6 Stunden (aber am besten über Nacht) im Fond ziehen lassen.

### **Am Kochtag:**

**3.** Für die Spargel-Kartoffel-Rösti die Kartoffeln schälen und mit der groben Seite einer Vierkantreibe reiben. Den Spargel in feine Scheiben schneiden. Nun den Spargel und die Kartoffeln in einer Schüssel mit der Milch, dem Ei und dem Grieß vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Dann in ein eingefettetes Blech geben, mit der flüssigen Butter bestreichen und bei 160° C Umluft etwa 45-50 Minuten im Rohr backen.

**4.** Den Buttermilchtopfen mit dem Sauerrahm abrühren und mit Salz, Pfeffer, feingeschnittenem Schnittlauch und gehacktem Knoblauch würzen.

**Tipp:** Die abgetropfte Molke der Buttermilch kann auch gut für eine Suppe verwendet werden (siehe Polentaschaumsuppe).

**5.** Für den confierten Saibling zuerst das Pflanzen- und das Olivenöl mit dem Abrieb einer Zitrone, dem Thymianzweig und einer angedrückten Knoblauchzehe in eine feuerfeste Form geben und bei 90° C Umluft im Rohr zirka 15 Minuten ziehen lassen. Danach die Saiblingsfilets hineinlegen und die Temperatur auf 60° C reduzieren. Nach 7-10 Minuten die Filets herausnehmen, die Haut abziehen und mit Fleur de Sel würzen.

**Begriffserklärung:** „Confieren“ bedeutet etwas bei unter 80° C in Öl garen.

**6.** Zum Schluss das Blech mit dem Spargel-Kartoffel-Rösti aus dem Rohr nehmen und ein Stück davon in einem tiefen Teller anrichten. Eine Nocke vom Buttermilchtopfen darauflegen und einen halben confierten Saibling dazugeben. Das Gericht mit den gepickelten Zwiebeln und dem mit Pickelfond und Öl marinierten Wildkräutersalat garnieren.