

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

Fotocredit: Simeon Baker



Erdäpfel-Endiviensalat mit knusprigem Saibling

Koch: Andreas Döllner

Zutaten

(4 Personen)

Für den Erdäpfel - Endiviensalat

- 1 Häupel Endiviensalat
- 400 g gekochte Salaterdäpfel (Kipfler oder Sieglinde)
- 1 rote Zwiebel
- 1 TL Kümmel (ganz)
- 1 EL scharfer Senf (z.B. Dijon Senf)
- 200 g warme Rindsuppe
- 4 EL Weißweinessig oder Apfelessig
- 50 ml Pflanzenöl
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Für den Saibling

- 4 Saiblingsfilets (ohne Haut und Gräten)
- Salz
- 100 g griffiges Mehl
- 2 Eier
- 100 g asiatische Panko-Brösel (alternativ Semmelbrösel)
- Olivenöl und 1 EL Butter zum Anbraten

Quelle: ORF extra

Für die Garnitur

- Kürbiskernöl
- 4 kleine Radieschen
- Meersalz

Zubereitung

1. Für den Erdäpfelsalat zuerst die rote Zwiebel in feine Würfel schneiden und die gekochten, warmen Erdäpfel schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebelwürfel, den Kümmel und den scharfen Senf begeben, kräftig salzen, pfeffern und mit der warmen Rindsuppe übergießen.

2. Den Salat nun mit dem Essig und dem Pflanzenöl verfeinern, gut durchrühren und mit etwas Zucker abschmecken. Kurz vor dem Servieren den in feine Streifen geschnittenen Endiviensalat unterziehen.

3. Für den knusprigen Saibling die Filetstücke salzen und eine Seite der Reihe nach zuerst in das griffige Mehl, dann in das verquirlte Ei und zuletzt in die asiatischen Panko-Brösel tauchen.

4. Die panierten Filets nun in einer beschichteten Pfanne nur auf der Brösel-Seite in Olivenöl anbraten. Nach etwa einer Minute die Butter dazugeben und weiterbraten, bis er knusprig ist. Den Fisch, bevor er fast fertig ist, wenden, direkt herausnehmen und auf einem Stück Küchenpapier abtropfen lassen.

5. Zum Schluss den Erdäpfel-Endiviensalat mittig auf einem flachen Teller anrichten, die Radieschen halbieren und darauflegen und den Fisch dazugeben. Das Gericht mit etwas Meersalz und ein wenig Kürbiskernöl garnieren.