

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

Fotocredit: Simeon Baker



Gebratener Heilbutt auf Belugalinsen und Steinpilzen mit Vichyssoise

Koch: Johannes Bachhalm & Gregor Lubowsky

Zutaten

(4 Personen)

Für den Heilbutt

- 480 g Heilbuttfillets (ohne Haut)
- Salz
- 250 g Butter

Für die Vichyssoise

- 2 EL Butter
- 2 Stangen Lauch
- Petersilienstängel
- 3 Pimentkörner
- 1 Lorbeerblatt
- 500 ml Rindsuppe (Geflügel- oder Gemüfefond)
- 150 g Kartoffeln
- 100 ml Obers
- Salz
- Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- 1 Sahnesiphon mit 2 Sodakapseln

Für die Belugalinsen

- 250 g Belugalinsen
- 1 EL Butter zum Anbraten
- 1 Zwiebel
- 50 ml Portwein
- 100 ml Champagner
- Salz

Für die Pilze

- 200 g Steinpilze
- Butter zum Anbraten
- Salz

Für die Garnitur

- frische Kräuter
- essbare Blüten

Zubereitung

- 1.** Für die Vichyssoise zuerst die Butter in einen Topf geben und den kleingeschnittenen Lauch langsam mit den gehackten Petersilienstängeln und den Gewürzen (Pimentkörner & Lorbeerblatt) darin anschwitzen. Anschließend die Gewürze wieder entfernen, mit der Suppe aufgießen und mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss würzen.
- 2.** Dann die Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden, diese ebenfalls in die Suppe geben und weichkochen. Nun das Obers dazugeben und leicht weiterköcheln lassen. Dann die Suppe mit einem Stabmixer fein pürieren, durch ein Sieb passieren und in einen Sahnesiphon füllen. Den Sahnesiphon mit 2 Sodakapseln versehen.
- 3.** Die Belugalinsen in reichlich Wasser weichkochen, die feingeschnittene Zwiebel sowie den Portwein und den Champagner dazugeben und etwas salzen. Sobald die Flüssigkeit verdampft ist die Linsen in einer Pfanne in etwas Butter schwenken.
- 4.** Nun die geputzten, geviertelten Steinpilze in einer heißen Pfanne in etwas Butter anbraten und leicht salzen.
- 5.** Den Heilbutt in grobe Stücke schneiden, salzen und die Butter in einem Topf schmelzen lassen – Achtung: sie darf nicht braun werden! Den Fisch dann in der warmen Butter bei geringer Hitze garen.
- 6.** Zum Schluss die Linsen in einem tiefen Teller anrichten, die Steinpilze darauf geben und die Vichyssoise mit dem Sahnesiphon darauf sprühen. Den Heilbutt mittig daraufsetzen und das Gericht mit Kräutern und essbaren Blüten garnieren.

Quelle: ORF extra