

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

Fotocredit: Simeon Baker



### Gefüllte Zucchiniblüte mit Seesaibling und Thai-Aromen

**Koch: Thomas Gruber**

#### Zutaten

(4 Personen)

Für den Saibling & die Zucchiniblüten

- 3 Seesaiblinge á 300 Gramm
- 8 kleine Zucchiniblüten mit Frucht
- 20 g Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stange Zitronengras
- Salz
- Fischsauce
- 1 Einweg Dressierbeutel
- 1 Bambus Dämpfkorb

Für den Schaum

- 200 ml Fischfond
- 200 ml Kokosmilch
- 50 g Ingwer
- 50 g Galgant (wenn vorhanden)
- 50 g Zitronengras
- 5 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel

- 2 Kaffir-Limetten Blätter
- Thai Chili nach Geschmack (z.B. 1 Schote entkernt, mittelscharf)
- Fischsauce
- Saft und Abrieb von 2 Limetten

Für das Korianderöl

- 1 Bund Koriandergrün
- 100 ml Rapsöl

Für die Garnitur

- Saiblings-Kaviar

## Zubereitung

- 1.** Die Zucchini Blüten waschen, vorsichtig einschneiden, den Stempel entfernen und vorerst beiseitelegen.
- 2.** Einen der drei Saiblinge filetieren, entgräten und enthäuten. Ein Filet davon in feine Würfel schneiden. Das zweite Filet gemeinsam mit dem Ingwer, dem Zitronengras und dem Knoblauch sehr fein hacken. Das entstandene Tatar anschließend mit Salz und etwas Fischsauce abschmecken und mit den Filet-Würfeln zu einer glatten Farce verrühren und diese in einen Einweg Dressierbeutel füllen.
- 3.** Nun die vorbereiteten Zucchini Blüten vorsichtig mit der Fischfarce füllen und kaltstellen.
- 4.** Die zwei ganzen Saiblinge in je 4 Teile schneiden (den Kopf entfernen), mit Salz würzen und kaltstellen.
- 5.** Für den Schaum den Fischfond mit der Kokosmilch, dem grob geschnittenen Ingwer, dem Galgant, dem Zitronengras, den angedrückten Knoblauchzehen und der grob geschnittenen Zwiebel in einem Topf aufkochen und 30 Minuten bei schwacher Flamme ziehen lassen. Dann abseihen und mit den Kaffir-Limetten Blättern und der in grobe Ringe geschnittenen Thai Chilischote sowie etwas Fischsauce, Limettenabrieb und -saft abschmecken und warmstellen.
- 6.** Für das Korianderöl das Rapsöl und den Koriander in der Küchenmaschine oder mit einem Pürierstab feinmixen und durch ein mit Küchenpapier ausgelegtes Sieb abseihen.
- 7.** Für den Saibling nun das Zitronengras in einen Bambuskorb legen und diesen auf einen mit Wasser gefüllten Topf stellen. Dann die Saiblings-Stücke in den Bambus Dämpfkorb legen. Die gefüllten Zucchini Blüten in die 2. Etage des Bambuskorbes legen und beides etwa 3-5 Minuten über Wasserdampf

Quelle: ORF extra

dämpfen. Im Anschluss die Fisch-Stücke und die Zucchini Blüten aus dem Bambuskorb nehmen.

**8.** Zum Schluss vorsichtig die Gräten aus den Saiblings-Stücken ziehen und den Fisch auf vorgewärmten, flachen Tellern anrichten. Die gegarten Zucchini Blüten zum Saibling legen und das Gericht mit Saiblings-Kaviar und Korianderöl garnieren. Abschließend die warme Sauce nochmal abseihen, dann mit einem Stabmixer aufschäumen und großzügig auf dem Teller angießen.