

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

Fotocredit: Simeon Baker



Seeforelle, Kräuterkruste, Chioggia Rüben, Petersilienwurzelcreme und Blüten

Koch: Hannes Müller

Zutaten

(4 Personen)

Für die Seeforelle

- 4 Seeforellenfilets á 120 g (ohne Haut und Gräten)

Für die Kräuterkruste

- 50 g verschiedene Kräuter (davon 80% Petersilie und z.B. Schafgarbe oder Giersch)
- 1/8 l Olivenöl
- 4 EL Semmelbrösel
- Salz
- Pfeffer

Für die Chioggia Rüben

- 3 kleine Chioggia Rüben
- Verjus oder weißer Balsamico-Essig
- Olivenöl
- Salz
- Zucker

Für die Petersilienwurzelcreme

- 8 Petersilienwurzeln
- 1/8 l Obers

Quelle: ORF extra

- Salz
- Wasser
- 2 EL kalte Butter

Für den Verjus-Schaum

- 2 Zwiebeln
- ½ Knollensellerie
- 1 TL Wacholderbeeren
- ½ TL Pfefferkörner
- ½ TL Korianderkörner
- ½ l Gemüsefond
- 1/8 l Verjus
- 1/8 l Wermut
- Salz
- 2 EL Butterschmalz oder Butter zum Anbraten
- 4 EL kalte Butter

Für die Garnitur

- Wildkräuter
- essbare Blüten

Zubereitung

1. Für die Petersilienwurzelcreme zuerst die Wurzeln schälen und in grobe Stücke schneiden. Diese dann in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, das Obers und etwas Salz dazugeben und ganz langsam weichkochen lassen. Die gesamte Flüssigkeit sollte am Ende verdampft sein. Die gegarten Petersilienwurzelstücke anschließend mit einem Pürierstab zu einer sämigen Creme mixen, die Creme mit kalter Butter montieren und warmhalten.

2. Nun die Chioggia Rüben schälen und mit einer Aufschnittmaschine oder einem Hobel in gleichmäßige, hauchdünne Scheiben schneiden. Die Scheiben mit Salz, Zucker, etwas Verjus (oder weißem Balsamico-Essig) und ein paar Tropfen Olivenöl marinieren.

3. Für den Verjus-Schaum die Zwiebeln und den Sellerie schälen und grob schneiden. Dann die Zwiebel- und die Selleriestücke in dem Butterschmalz in einem Topf glasig anschwitzen, mit dem Wermut ablöschen und mit dem Gemüsefond und dem Verjus aufgießen. Alles mit etwas Salz und den Gewürzen abschmecken. Den Sud nun um die Hälfte reduzieren lassen, durch ein Sieb abseihen und mit der kalten Butter schaumig mixen (montieren).

Tipp: Aus den Gemüseabschnitten und Schalen kann man einen guten Gemüsefond herstellen.

- 4.** Für die Kruste die Kräuter zusammen mit dem Olivenöl in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer zu einer dickflüssigen, feinen Creme mixen. Nun so viele Semmelbrösel unter die Kräutercreme heben, dass sie noch immer dick-cremig bleibt. Danach mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 5.** Die Seeforellenfilets in 10 cm große Stücke schneiden, auf ein mit Olivenöl befettetes Blech legen und auf der Fleischseite mit der Kräuterkruste belegen. Im Anschluss kaltstellen, sodass die Kruste fest wird. Sobald die Kruste etwas angezogen ist, die Filets aus dem Kühlschrank nehmen und je nach Größe zwischen 5 und 8 Minuten im Rohr bei 170° C Umluft garen.

- 6.** Zum Schluss die Petersilienwurzelcreme mittig auf einem Teller anrichten, einige Chioggia Rüben-Scheiben sowie ein Seeforellenfilet mit Kräuterkruste darauflegen, den Verjus-Schaum darauf drapieren und das Gericht mit Wildkräutern und essbaren Blüten garnieren.