

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

Fotocredit: Simeon Baker



### Rheinanken / Zitronenthymian / Paradeiser / Kiwibeeren

#### Zutaten

(4 Personen)

Für die Rheinanke

- 4 Rheinankenfilets à 120 g (entgrätet; ersatzweise Forelle oder Saibling – in diesem Fall aber die Haut abziehen und das „nackte“ Filet verarbeiten)
- eine Prise Salz
- ein Schuss Olivenöl für die Form
- geröstete Korianderkörner (gemörsert)

Für die Paradeiser

- 4–5 Handvoll Ochsenherzparadeiser und/oder „Green Zebra“-Tomaten (grob geschnitten)
- eine Prise Salz
- eine Prise Zucker
- eine Prise gemahlener Chili
- 20 bunte Mini-Paradeiser
- Olivenöl

- Pfeffer (od. Cayennepfeffer)
- 250 g Kiwibeeren (in Scheiben geschnitten)
- frisch gezupfter Zitronenthymian

### Zubereitung

Fischfilets in einer beölten Form wenden, auf der Fleischseite mit Salz und Koriander würzen, erneut wenden und auf der Hautseite mit einem Gasbrenner dunkel abflämmen.

Ochsenherzparadeiserstücke in einen Topf geben, mit Salz, Zucker und Chili würzen und pürieren (Stabmixer). Gemixten Paradeissaft kurz aufkochen lassen und nachher durch ein Tuch in eine Schüssel abseihen, sodass ein klarer Saft heraustropft.

Mini-Paradeiser unten kreuzweise einschneiden, in kochendem Salzwasser 30 Sek. blanchieren, in Eiswasser abschrecken, dann häuten. Die ganzen Mini-Tomaten mit Olivenöl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel marinieren und mit ein wenig klarem Paradeissaft aufgießen. Kiwibeerenscheiben mit Zitronenthymian und den Mini-Paradeisern vermischen und 15 Min. marinieren lassen.

Je 1 Fischfilet auf einem Teller mit dem Mini-Paradeiser-Gemisch anrichten. Den klaren Paradeissaft als Marinade für das gesamte Gericht verwenden. Zitronenthymian und Olivenöl zum Garnieren verwenden.