

Rezept aus „Silvia kocht“

Fotocredit: Daniel Scherrer



Saiblingsfilet mit Ricotta-Gnocchi, Paprikakraut und Rucola

Koch: Christian Metzger

Zutaten

(4 Personen)

Für den Fisch

- 2 Saiblingsfilets (entgrätet)
- 2 Kräuterzweige (z.B. Rosmarin oder Thymian)
- 2 EL Butter
- Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- Salz

Für die Ricotta-Gnocchi

- 500 g Ricotta
- 165 g Asmonte (alternativ: Parmesan)
- 250 g griffiges Mehl
- 3 Eier
- Salz
- Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- 1 Knoblauchzehe
- Olivenöl zum Beträufeln
- 1 Dressierbeutel
- 1 Stück Küchengarn

Für das Paprikakraut

Quelle: ORF extra

- 500 g Sauerkraut
- 2 EL Butter
- 1 kleine Zwiebel
- 50 g Speck
- 1 rote Paprika
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL geräuchertes Paprikapulver
- ein Schuss Weinessig
- ¼ l Hühnerfond
- ein Schuss Wasser
- 1 Lorbeerblatt
- Cayennepfeffer
- Kristallzucker
- Salz
- Pfeffer
- 2 EL Sauerrahm
- evtl. Maisstärke zum Binden

Für das Rucola-Pesto

- 100 g Rucola
- 50 g Asmonte (Grana Padano)
- 50 ml Olivenöl
- 50 ml Sonnenblumenöl
- 1 Knoblauchzehe
- Salz
- Pfeffer
- Kristallzucker
- 50 g Sonnenblumenkerne

Zubereitung

1. Für den Fisch die Saiblingsfilets halbieren, salzen und anschließend auf der Hautseite in einer Pfanne in etwas Butter und einem Schuss Olivenöl anbraten. Die Kräuterzweige und eine angedrückte Knoblauchzehe zugeben und mitbraten.

2. In der Zwischenzeit für die Ricotta-Gnocchi den Ricotta, den geriebenen Asmonte, das griffige Mehl, die Eier sowie je eine Prise Salz und Pfeffer, etwas geriebene Muskatnuss und ein wenig feingehackten Knoblauch in einer Schüssel in der Küchenmaschine miteinander vermengen und kurz rasten lassen. Die Masse danach in einen Dressierbeutel füllen und mithilfe eines Küchengarns direkt in einen Topf mit kochendem, gesalzenem Wasser portionieren. Die Gnocchi abseihen, sobald sie an der Oberfläche schwimmen und mit etwas Olivenöl beträufeln, damit sie nicht aneinanderkleben.

Quelle: ORF extra

3. Für das Rucola-Pesto den Rucola, den geriebenen Asmonte, das Oliven- und das Sonnenblumenöl sowie eine gehackte Knoblauchzehe, eine Prise Salz und Pfeffer und etwas Kristallzucker in einem Standmixer cremig mixen. Nun die Sonnenblumenkerne dazugeben und erneut mixen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

4. Für das Paprikakraut das Sauerkraut auswaschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Dann den Speck, die Paprika und die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne in der Butter anschwitzen. Das Paprikapulver (edelsüß und geräuchert) dazugeben, mit etwas Weinessig ablöschen und mit dem Hühnerfond und etwas Wasser aufgießen. Nun das Sauerkraut, das Lorbeerblatt, eine Prise Cayennepfeffer, etwas Kristallzucker, Salz und Pfeffer begeben und alles weichdünsten lassen. Das Paprikakraut mit etwas Sauerrahm vollenden und erneut abschmecken – eventuell mit etwas in Wasser angerührter Maisstärke binden.

5. Zum Schluss das Paprikakraut gemeinsam mit den Ricotta-Gnocchi und dem Saiblingsfilet auf einem flachen Teller anrichten und mit dem Rucola-Pesto garnieren.