

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

Fotocredit: Simeon Baker



Stör, Rösti & Cremespinat

Koch: Andreas Döllner

Zutaten

(4 Personen)

Für den Stör

- 4 Stücke Störfilet ohne Haut á 80 g (alternativ: Waller)
- etwas Olivenöl zum Anbraten
- 1 EL Butter
- 1 kleiner Zweig Rosmarin
- eine Prise Salz
- etwas Pfeffer

Für den Spinat

- 30 g Butter
- 1 EL Mehl
- 200 ml Milch
- 500 g blanchierten und passierten Spinat
- eine Prise Salz
- etwas Pfeffer
- etwas geriebene Muskatnuss
- 50 g geschlagenes Obers

Für die Rösti

- 500 g geschälte, speckige Erdäpfel
- 140 ml Pflanzenöl
- eine Prise Salz
- etwas Pfeffer
- etwas geriebene Muskatnuss
- Butterschmalz zum Anbraten

Für die Garnitur

- frisch geriebener Kren
- etwas frischer Schnittlauch

Zubereitung

1. Für die Rösti die Erdäpfel etwa 16 Minuten bei 100° C dämpfen. Dann auskühlen lassen, grob reiben, mit dem Öl vermischen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Kartoffelmasse etwa 1-2 cm hoch in einer beschichteten Pfanne in Butterschmalz auf beiden Seiten langsam goldbraun knusprig braten.

2. Für den Cremespinat die Butter anschwitzen und leicht bräunen, mit etwas Mehl stauben und mit der Milch ablöschen (= Béchamel Sauce). Kräftig rühren damit sich keine Klumpen bilden. Nun den blanchierten, passierten Spinat einrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Vor dem Servieren das geschlagene Obers unterziehen.

3. Für den Stör die Filetstücke salzen und in Olivenöl und Butter glasig braten. Beim Braten einen kleinen Rosmarinzweig einlegen – der Bratvorgang dauert bei Stufe 6 von 9 (je nach Dicke des Filets) etwa 3 - 5 Minuten.

4. Zum Schluss den gebratenen Stör mit dem Cremespinat, dem Rösti (ein Viertel herausschneiden), etwas frisch geriebenem Kren und etwas frisch geschnittenem Schnittlauch anrichten und servieren.