

Motto: „Fisch & Lecker“ – Forelle, Ingwer, Rote Beete
Rezept von Matthias Philippi und Carsten Barth

Freitag, den 23.11.2018

Forellenfilets mit Kartoffelschüppchen

Rezept für 6 Personen

Zutaten

Für das Rote-Bete-Püree

700g Rote Bete
100g Sahne
2 EL Essig
4 Kapernäpfel
Mehl zum Bestäuben
Öl zum Frittieren
Salz, Pfeffer

Für die Forellenfilets mit Kartoffelschüppchen

6 Forellenfilets
6 kleine Frühkartoffeln
1 Eiweiß
Saft von einer halben Zitrone
Salz
Pfeffer
Schmalz zum Braten

Für das Forellentartar

6 Forellenfilets
1 Apfel
1 Charlotte
1-2 Limette oder Zitrone
1 daumengroßes Stück Ingwer
Schnittlauch
Olivenöl
Salz, Zucker

Für den Ingwersud

Schalen von 4 bis 5 Garnelen
1 Schalotte
1 Limette
1 Stück Ingwer
200 ml Kokosmilch (alternativ Sahne)
1 großer Schuss Pernod
1 rote Pfefferschote
1 TL rote Currypaste
1 EL Fischsoße
3 Stängel Zitronengras

1 TL Zucker

4-5 getrocknete Pilze (Champions oder Shitake)

Olivenöl

Zubereitung

1. Die Rote Bete putzen und etwa eine Stunde lang in Salzwasser kochen. Anschließend die Rote Bete schälen, in kleinere Stücke schneiden und im heißen Topf ausdampfen lassen. 100g Sahne und 2 EL Essig dazu und köcheln lassen, bis die Sahne komplett eingekocht ist. Rote Bete mit einem Pürierstab oder im Mixer fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Die Kapernäpfel in Mehl wälzen und im heißen Öl goldbraun frittieren.
2. Die Kartoffeln in dünne Scheiben hobeln und vierteln. Die Filets auf der Hautseite mit Eiweiß einpinseln und mit den Kartoffeln belegen, dabei darauf achten, dass sie nicht zu sehr überlappen, da sie sonst leicht abfallen können.
3. In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Filets auf der Hautseite kräftig anbraten, bis die Kartoffeln knusprig gebraten sind. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann die Pfanne vom Herd nehmen und die Filets wenden, diese Seite ebenfalls mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren mit Zitronensaft beträufeln.
4. Die Forellenfilets und den Apfel sehr fein würfeln. Beides in eine Schüssel geben und mit dem Saft der Limette beträufeln. Die Schale der Limette abreiben und dazugeben.
5. Ingwer reiben oder durch die Presse drücken, Charlotte und die Chili sehr fein würfeln und alles zu den Forellenfilets dazugeben und gründlich durchmischen. Nun einen guten Schuss Olivenöl dazu und das Ganze nun mit einer Prise Salz und Zucker abschmecken.
6. Wenn Säure fehlt, einfach noch einen Schuss Limettensaft dazugeben. Abschließend noch eine Hand voll fein geschnittenem Schnittlauch untermengen.
7. Die Schalotte und den Ingwer fein würfeln. Zitronengras in grobe Stücke schneiden. Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen. Die Garnelenschalen mit der Schalotte 2-3 Minuten scharf anbraten. Dann die Currypaste dazu und kurz mit anschwitzen. Mit dem Pernod ablöschen. Dann die Sahne/Kokosmilch aufgießen und die restlichen Zutaten zugeben.
8. Das Ganze 1 bis 2 Minuten aufköcheln lassen. Topf vom Herd nehmen und mind. 20 Minuten ziehen lassen. Alles durch ein feines Sieb streichen und gut ausdrücken. Den Sud nach Geschmack abschmecken und gegebenenfalls mit etwas Speisestärke abbinden.
9. Zum Anrichten das Forellenfilet in der Tellermitte platzieren. Tatar mit einem Servierring anrichten. Die Rote-Bete-Crème mit einem Esslöffel oder einem Spritzbeutel auf die andere Seite der Forelle auf den Teller geben und mit einem frittierten Kapernapfel garnieren. Den Sud in einem kleinen Schälchen dazu reichen. So verläuft sich das Ganze nicht so auf dem Teller.