

## Kochen

Martin Gehrlein

Dienstag, 05.12.2023

**Gebeizter Saibling mit Lebkuchenbröseln und mariniertem Rotkohl** Für 4 Personen

### Zutaten

#### Für Saibling, Dressing und Lebkuchenbrösel

2 Saiblingsfilets mit Haut (à ca. 350 g)  
 2 Kardamomkapseln  
 0,5 TL Korianderkörner  
 2 Pimentkörner  
 500 ml Wasser  
 50 g Meersalz, fein  
 0,5 TL Bio-Zitronenschale, fein abgerieben  
 100 g Lebkuchen  
 2 EL Butter  
 0,5 Bund Schnittlauch  
 1 Apfel, klein  
 1 Schalotte  
 75 ml Buttermilch  
 1 TL Honig  
 4 EL Olivenöl  
 etwas Salz  
 etwas Pfeffer aus der Mühle



#### Für den Rotkohl

1 Rotkohl, ca. 800 g  
 etwas Salz  
 2 TL Zucker  
 2 Lauchzwiebeln  
 3 EL Rotweinessig  
 etwas Pfeffer aus der Mühle  
 1 Pimentkorn, fein gemörsert  
 1 Prise Chili  
 4 EL Olivenöl  
 5 Stiele Petersilie

### Zubereitung:

- Für den Saibling** die Filets trocken tupfen und die Haut abziehen. Wasser und Salz mit dem Stabmixer mixen. Fisch in eine Auflaufform legen und die Salzwassermischung (Salzlake) zugeben.
- Kardamom, Koriander und Piment grob mörsern und zum Fisch geben und etwas mischen und etwa 1 Stunde beizen.
- Den Rotkohl** putzen, abbrausen und abtropfen lassen. Kohl ohne Strunk in feine Streifen schneiden oder hobeln und in eine Schüssel geben. 2 TL Salz und Zucker untermischen und mit Händen kräftig durchkneten, sodass der Kohl weich und glasig wird. Zugedeckt etwa 1 Stunde ziehen lassen.
- Für die Lebkuchenbrösel** den Lebkuchen fein zerkrümeln. Butter in einer Pfanne erhitzen, die Lebkuchenbrösel darin unter Wenden kross rösten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- Rotkohl** abtropfen lassen. Lauchzwiebeln putzen, abbrausen und fein schneiden. Essig, Pfeffer, Gewürznelke, Chili und Öl verquirlen. Das Dressing und Zwiebeln gründlich unter den marinierten Kohl mischen. Mit Salz, Pfeffer und eventuell noch etwas Zucker und Essig würzig abschmecken.

6. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und die Blätter fein schneiden. Petersilie unter den Krautsalat mischen.
7. **Die Saibling-Filets** aus der Salzlake heben, kurz kalt abbrausen und trockentupfen. Filets in Stücke teilen.
8. **Für das Buttermilch-Dressing** Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Apfel schälen, entkernen und in sehr feine Würfel schneiden. Schalotte abziehen und ebenfalls sehr fein würfeln.
9. Buttermilch, Honig, etwas Salz, Pfeffer und Öl in einen hohen Mixbecher geben und mit dem Pürierstab kurz verquirlen. Schnittlauch, Schalotten- und Apfelwürfel unterrühren. Den marinierten Kohl nochmals abschmecken.
10. Gebeizten Saibling mit Zitronenschale bestreuen. Mit Krautsalat auf Tellern anrichten. Das Buttermilch-Dressing über den Saibling träufeln, mit Lebkuchenbröseln bestreuen und alles servieren. Dazu passt Röstbrot.