



Rezept März von Sternekoch

Gunter Ehinger



Wein
Empfehlung

2018 Chardonnay QbA



Im Barrique gereift, komplex und von goldgelber Farbe. Sein reicher, verführerischer Duft von exotischen Früchten und würziger Vanille ist weich, buttrig und fruchtig.

Kabeljau | Sprossen + Sud vom Raps

Kabeljau

4 x 70 g Kabeljaufilet von Delta Fleisch
80 g Nußbutter
Fleur de sel

Fisch mit Nußbutter vakuumieren und bei 60 °C 10 Min. im Wasserbad garen oder dämpfen. Danach aus der Folie nehmen und würzen.

Rapsölsud

300 ml Geflügelfond
100 g frischen Bio Raps

ca. 150 ml Rapsöl
Salz, Bio-Limette, Champagner

300 ml Geflügelfond auf 200 ml reduzieren, 100 g frischen Raps (Grün und Blüten kleingeschnitten) untermixen und passieren, ca. 150 ml Rapsöl einmischen bis der Fond gesättigt ist, mit Salz, wenig Limettensaft und Champagner abschmecken.

Rapsschote

120 g Junge Bio Rapsschoten

20 g Butter
Salz, Pfeffer

Die Rapssprossen kurz in Butter anschwanken und würzen.

Croûtons, Saiblingskaviar und Blüten

Je 4 EL feine Zwiebelwürfel,
feine Bauernbrotwürfel,
feine Speckwürfel
Mehl
Butterschmalz zum Ausbacken
2 EL Butter für die Brotwürfel

4 TL Saiblingskaviar von Deltafleisch
Junge Bio-Rapsblüten

Zwiebelwürfel mehlieren und im Butterschmalz knusprig backen. Brotwürfel in Butter knusprig braten. Speckwürfel knusprig auslassen.

Anrichten

Den Fisch in die Mitte des warmen Tellers legen. Schoten und Croûtons je auf einer Hälfte des Fisches platzieren. Den warmen Sud mit dem Kaviar vermischen und angießen, mit den Blüten fertig ausdekorieren.