

Lachsforelle | Kohlrabi | Birne | Buchweizen

Rezeptur für 5 Personen

Zutaten

Menge	Einheit	Produkt
0,5	kg	Lachsforellenfilet
60	g	grobes Meersalz
40	g	Zucker
1	Stk	Zitrone
1	Bund	Dille
		Kohlrabi mariniert
2	Stk	große Kohlrabi (ca. 0,5kg)
60	ml	Apfelessig
80	ml	Traubenkernöl oder Haselnussöl
		Salz, Zucker, Zitronen- oder Limettensaft
		Birngengel
300	g	reife Birnen
1	Stk	Zitrone
50	g	Zucker
100	ml	Birnsaft
6	g	Agar Agar



Vorbereitung

- ☞ Lachsforelle filetieren, entgräten, trocken tupfen.
- ☞ Salz, Abrieb der Zitrone, Zucker und Dille mischen, auf dem Filet verteilen, fest einfolieren und leicht beschweren, ca. 12 h kühl stellen (durch Vakuumieren verkürzt sich die Beiz-Zeit).
- ☞ Kohlrabi schälen, in feine Julienne schneiden.
- ☞ Birnen schälen, entkernen und in Würfel schneiden.

Zubereitung

- ☞ Kohlrabi in Essig, Öl, Salz und Zucker marinieren und kurz vor dem Anrichten abschmecken.
- ☞ Birnenwürfel mit Saft, Zitronensaft und Zucker weichkochen.
- ☞ Fein pürieren und mit Agar Agar weitere 2 Minuten kochen.
- ☞ Kaltstellen und fest werden lassen.
- ☞ Birngengel mit Stabmixer glatt mixen und in eine Spritzflasche füllen.
- ☞ Lachsforellenfilet aus der Kühlung holen, sämtliche Beiz abwaschen und trocken tupfen.
- ☞ In Folie gewickelt in der Kühlung lagern. Zum Anrichten gewünschte Menge und Größe portionieren

Tipp:

Gepuffter Buchweizen zum Anrichten

100 g Buchweizen weichkochen, absieben, trocknen (90-120°C ca. 2 h) und danach in wenig 180°C heißem Fett knusprig frittieren.

Finalisierung

- ☞ Kohlrabisalat in einer Linie am Teller platzieren.
- ☞ Lachsforelle locker darauf drapieren.
- ☞ Mit dem Birngengel Punkte als Akzente setzen und mit Buchweizen finalisieren.

Allergene

☒ Gluten
☐ Schalenfrüchte

☐ Krebstiere
☐ Sellerie

☒ Ei
☐ Senf

☐ Fisch
☐ Sesam

☐ Soja
☐ Sulfite

☐ Erdnüsse
☐ Lupinien

☐ Milch/Laktose
☐ Weichtiere