



Forellenfilets an Pasta-Risotto, marinierten Perino-Tomaten und Limetten-Riesling-Luft

Das kross auf der Haut gebratene Filet harmoniert hervorragend mit dem Pasta-Risotto und den Tomaten. Limetten-Riesling-Luft und Tomatenchips vollenden das ungewöhnliche Gericht.

ZUTATEN:

FORELLENFILETS:

- 2 frische Forellen
- 2 TL Limettensaft
- Weizenmehl
- Fleur de Sel
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 EL Butterschmalz

PASTA-RISOTTI:

- 250 Gramm Risoni (kleine reisförmige Pasta)
- 1 EL Olivenöl
- 2 Schalotten (in Würfelchen geschnitten)
- 1 kleine Knoblauchzehe, (sehr fein gehackt)
- 4 halb getrocknete rote Perino-Tomaten in Öl (in kleine Würfelchen geschnitten)
- 600 ml kräftiger Gemüsefond (siehe Hausmanns Gemüsefond)
- 100 ml Weißwein
- 2 Prisen Safranfäden
- 20 Gramm Butter
- 1 Prise Muskat
- weißer Pfeffer aus der Mühle

2 Personen

1 GESCHMOLZENE KRÄUTER-TOMATEN: Die Tomaten am Kopfende leicht einkreuzen und im siedenden Wasser kurz blanchieren und im Eiswasser abschrecken. - Den Tomaten das Kerngehäuse entfernen und vierteln. Ein Backblech mit Olivenöl einstreichen und mit der Knoblauchzehe einreiben. Die Tomatenfilets aufsetzen und mit dem Essig beträufeln, die gehackten Kräuter und das grobe Meersalz darüber streuen. Mit dem Pfeffer aus der Mühle würzen und bei 165°C für ca. 20- 25 min bei trockener Hitze backen. - Anmerkung: Die Tomaten von oben her abziehen, so dass die Tomatenhaut unten ganz bleibt. Die Haut als Chip trocknen: Bei 60-80°C in der Röhre geht das sehr gut. Diese Tomatenchips sind eine tolle Garnitur für das Essen.

2 PERINO-TOMATEN: Die Tomaten mit dem Öl in einer kleinen Kasserolle erwärmen. Den Balsamico hinzufügen und mit Fleur de sel und frischen Pfeffer würzen. Warm halten.

3 PASTA-RISOTTO: Einen passenden Topf erhitzen und in Olivenöl die Schalottenwürfel, Knoblauch und die Tomatenwürfelchen etwa 5 Minuten leicht anschwitzen lassen, bis die Schlottnen glasig sind. Risoni zufügen, etwas angehen lassen und eine Suppenkelle Gemüsefond eingießen. Etwas einköcheln lassen und noch zwei weitere Kellen zugießen. Safran dazu geben. Unter Rühren die Risoni den Gemüsefond aufnehmen lassen. Gegebenenfalls noch Brühe zufügen. - Das Pasta-Risotto sollte letztlich schön cremig sein, aber immer noch guten Biss haben. Zum Schluss die Butter unterrühren. Mit Salz, einer Prise Muskat und weißen Pfeffer abschmecken und bei geschlossenem Topf noch 5 Minuten warm ruhen lassen.

4 LIMETTEN-RIESLING-LUFT: Gleichzeitig den Fischfond erhitzen und auf 150 ml langsam einköcheln lassen, den Riesling dazu geben, den Saft der halben Limette und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vom Herd nehmen und das Lecithin-Pulver erst untermischen und dann den Mixstab nur zur Hälfte eintauchen, so dass genug Luft unterschlagen wird. Den Schaum kurz stehen lassen und dann mit einen Löffel abheben.

Dieses Rezept ist ein Service von www.feine-kueche.jimdo.com

MARINIERTER PERINO-TOMATEN:

- 14 halb getrocknete Perino-Tomaten in Öl
 1 TL Tomatenöl
 1 TL Balsamico di Modena
 Fleur de sel
 schwarzer Pfeffer aus der Mühle
 3 große, in Chiffonade geschnittene Basilikumblätter

GESCHMOLZENE KRÄUTER-TOMATEN:

- 8 Stück reife Tomaten
 1 Knoblauchzehe
 6 Bätter Basilikum
 1 Stange Zitronengras
 1 Stängel Oregano
 1 Stängel Rosmarin
 1 Stängel Thymian
 1 Spritzer Kräuteres sig (5%)
 50 ml Olivenöl
 Grobes Meersalz
 schwarzer Pfeffer aus der Mühle

LIMETTEN-RIESLING-LUFT:

- 300 ml Fischfond
 1/2 Limette
 100 ml halbtrockener Riesling
 1 g Lecithin-Pulver (ca. 1/2 TL) (aus der Apotheke) oder Lecite (Online-Shop Molekularküche Ferran Adria)
 Meersalz
 weißer Pfeffer aus der Mühle

GARNITUR:

- Tomatenchips
 Petersilien- und Basilikumblättchen
 2 Scheiben Limette

5 FORELLENFILETS: Forellen filetieren und Gräten ziehen. (Oder den Fischhändler bitten, dieses zu übernehmen- aus den Köpfen und Gräten mit einem Wurzelwerk einen Fischfondkochen). - Die Forellenfilets kurz abrausen, trocken tupfen und ganz leicht die Hautseite mit etwas Weizenmehl bestreuen. Eine beschichtete Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und hauchdünn mit Butterschmalz einstreichen. Die Forellenfilets auf der Hautseite einlegen und langsam ca. 10 Minuten auf der Haut braten, bis das Fett unter der Haut ausgebraten und die Haut schön kross und goldgelb ist. Die Filets bis zum Anrichten auf der Haut lassen und erst zum Schluss kurz auf die Fleischseite drehen. Erst vor dem Anrichten mit Fleur de Sel, Pfeffer und etwas Limette würzen.

6 ANRICHTEN: Auf vorgewärmte Teller das Pesto-Risotto geben. Daneben je sieben aromatisierte Perino-Tomaten geben und mit der Basilikum-Chiffonade bestreuen. Davor je zwei Forellenfilets anlegen und mit Limettenscheibe, Tomatenchip und Petersilienblättchen garnieren. Riesling-Limetten-Luft daneben geben. (Im Sommer als Beilage statt der Perino-Tomaten mit erntefrischen, geschmolzenen Kräutertomaten anrichten.)

GETRÄNKEEMPFEHLUNG: PRINZ Riesling Quarzit 2012 aus dem Rheingau. Der fruchtbetonte, blitzblanke Riesling von Fred Prinz, Winzer in Hallgarten besticht durch zurüchhaltende Säure, weiches, zartwürziges Aroma und treffend wie sein Name durch seine feine Mineralität.

ANMERKUNG ZUM REZEPT: Timing bei diesem Gericht besonders wichtig. Für das Filetieren der Forellen benötigt man schon etwas Erfahrung. Das hier abgewandelte Gericht kreierte im Original Matthias Kleber, Maître de Cuisine im Resort Mark Brandenburg in Neuruppin und Teamchef der deutschen Köche-Nationalmannschaft.

INFO ZUM PASTA-RISOTTO: Risoni, die kleinen reisförmigen Pasta, aus der griechischen Küche als Kritharaki bekannt, (hier wurde ein Produkt aus der aus der Toscana verwendet), eignen sich bestens für diese Zubereitungsweise. Ein wahrhaftiger Allrounder: für ein Geflügelgericht mit Hühnerbrühe, bei Kalb mit verdünnten Kalbsfond ansetzen. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. - Funktioniert als besondere Pasta-Beilage immer und überrascht mit Sicherheit liebe Gäste. Dieses Risotto zur Forelle keinesfalls mit Käse. – In Rom gilt das Gebot: »Du sollst keinen Käse in die Nähe einer Pasta mit Fisch kommen lassen«.

INFO ZUM LECITHIN: Lecithin (Lebensmittelzusatzstoff E 322) ist ein hervorragender Emulgator, das auch die Eigenschaft hat, Liposomen zu bilden, wodurch die verführerische Aromen durch die Zugabe von Lecithin wesentlich besser erhalten bleiben. Als reines Naturprodukt (Soja-Lecithin) ist es als Nahrungsergänzungsmittel und aus der Molekularküche zur Herstellung von Texturas wie »Airs« nicht mehr weg zudenken.