



## Confierter Kabeljau mit Sauce maitaise auf grünem Spargel, Orangenspalten und Estragon-Kartoffeln

Orange trifft saftigen Kabeljau und zartes Edelm Gemüse. - Ein elegantes Fischgericht mit fruchtiger Buttersauce und aromatischen Kartoffelwürfeln zur Spargelzeit.

### ZUTATEN:

#### KABELJAU:

2 Stück Kabeljaufilet (à ca. 120 Gramm)  
 150 g grobes Meersalz  
 300 ml Olivenöl  
 1 Bio-Zitrone (Schale)  
 1 Zweig Rosmarin  
 3 Zweige Thymian

#### SAUCE MALTAISE:

1 Schalotte  
 1 Blutorange  
 5 weiße Pfefferkörner  
 2 EL Weißweinessig  
 2 EL Wasser  
 8 EL Chardonnay  
 180 g Nussbutter  
 3 Eigelb  
 1 Salz  
 1 Spritzer Zitronensaft

#### SPARGEL:

10 Stangen grüner Spargel  
 25 g Butter  
 Meersalz  
 1 Prise Zucker

#### ESTRAGON KARTOFFELN:

4 mittelgroße Kartoffeln  
 ½ Bund frischer Estragon  
 50 ml milder Geflügelfond  
 1 EL Butter

#### DES WEITEREN:

6 Orangenfilets  
 Fleur de sel  
 Estragonzweige zur Garnitur

**1** KABELJAU: Das Olivenöl in einen passenden Topf geben, Zitronenschale, Thymian und Rosmarin zugeben und behutsam 20 Minuten erwärmen. Aufpassen, das Öl darf die Hitze bis max. 60°C haben. Dadurch werden die Aromen der Gewürze optimal freigesetzt. - (Durch einen Zusatz von 1/3 Agrimetto, einem Sizilianisches Olivenöl Extra Vergine mit Zitronen wird das Confier-Öl noch aromatischer)

Den portionierten Kabeljau komplett in Meersalz wälzen. Nach genau (!) 5 Minuten den Fisch mit kaltem Wasser abgewaschen und mit Küchenkrepp sorgsam trocken tupfen.

Das Öl 60° C erreichen lassen. Temperatur mit einem Niedergarthermometer prüfen. Den portionierten Kabeljau einlegen und im Öl schwimmend etwa 8 Minuten confieren. Die Temperatur des Öls darf nie 65°C überschreiten!

Kabeljaufilets heraus heben und kurz auf Küchenkrepp abtropfen lassen. – Das Olivenöl danach durch ein Sieb passieren, so kann es wieder verwendet werden.

**2** SAUCE MALTAISE: Basis ist im Grunde eine Hollandaise: Einen Topf für ein Wasserbad zum Aufschlagen der Sauce erhitzen. Butter im Topf etwas mehr als handwarm erhitzen. Aus der Blutorange mit dem Zestenreißer Zesten abschneiden und dann mit der Saftpresse den Saft der Blutorange auspressen. Die Zesten 10 Sekunden im kochendem Wasserbad blanchieren. Schalotte schälen und fein würfeln.

Schalottenwürfel, Pfefferkörner, Salz, Essig, Weißwein und Wasser auf 1 TL reduzieren lassen. Den Saucenansatz durch ein feines Sieb in eine Schlag-Schüssel abseihen. Kurz abkühlen lassen und die Eigelbe unterrühren.

Alles über dem Wasserbad unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen zur Rose\* abziehen. (\*Taucht man einen Holzlöffel in die Sauce, zieht ihn heraus und pustet leicht auf den Löffelrücken, dann sollte die Sauce jetzt feine, sichtbare Wellen bilden, die an eine Rose erinnern und die nicht wieder verlaufen). - Achtung: Die Sauce darf niemals kochen! – Schüssel aus dem Wasserbad entfernen.

Dieses Rezept ist ein Service von [www.feine-kueche.jimdo.com](http://www.feine-kueche.jimdo.com)

Die flüssige, warme Butter in einem ganz dünnen Strahl unter die dickliche Eimasse laufen lassen und mit dem Schneebesen einschlagen. – Die Sauce mit etwas Zitronensaft, dem Blutorangensaft und den Zesten abschmecken. – Die Sauce sollte unbedingt zum Schluss noch eine dickflüssige Konsistenz aufweisen und nicht zu dünn sein.

**Hinweis:** Die Sauce Maitaise ist für 4 Personen konzipiert. Restliche Sauce kann problemlos am nächsten Tag noch verwendet werden. Geronnene Sauce mit etwas Orangensaft oder kaltem Wasser glatt rühren.

**3** SPARGEL: Dem Spargel die letzten  $\frac{2}{3}$  schälen und die Stangen auf gleiche Länge schneiden. Spargelschalen und Abschnitte in leicht gesalzenem Wasser mit einer Prise Zucker und der Butter 10 Minuten köcheln lassen. Danach den geputzten Spargel einlegen und 8 – 10 Minuten, je nach Stärke mit zartem Biss fertig garen.

**4** ESTRAGON-KATROFFELN: Kartoffeln schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. In Salzwasser halb gar kochen, Kochwasser abgießen und abtropfen lassen.- Geflügelfond in einem Topf mit klein geschnittenem Estragon erhitzen und 10 Minuten aromatisieren. Danach die halbgaren Würfel in den leise siedenden aromatischen Fond geben und unter behutsamen Wenden zu Ende garen.

**ANRICHTEN UND SERVIEREN:** Die Spargel mittig auf den Teller auslegen. Darauf das confierte Kabeljaufilet legen. Vor diesem die Orangenfilets anrichten. Hinter den Fisch die Kartoffelwürfel arrangieren. Über den Fisch und dem Spargel etwas der feinen Sauce geben und mit wenig blanchierten Orangenzesten bestreuen. Auf die Kartoffeln einen kleinen Estragonzweig legen und sofort servieren.

**WEINEMPFEHLUNG:** In dieser Kombination von Fisch, Spargel und der Sauce maitaise empfiehlt sich ein fruchtiger wenig säurebetonter Chardonnay. – Uns schmeckte dazu ein junger Corsaire Réserve du Président Blanc 2014