

St. Petersfisch-Filet

mit einer Karotten-Koriander-Haube, Currysauce und Couscous



Zutaten (4 Personen):

4 Steinbuttfilets
2 mittelgroße Karotten
40 g Fischfarce
1 Msp. Safranpulver
5 Korianderblättchen
½ Zitrone
10 g Butter
Salz, Pfeffer a.d.M

Currysauce

1 El Schalottenwürfel
¼ Banane
¼ Apfel (Delicious, ohne
Kernhaus, mit Schale)
20 g Butter
6 cl Noilly Prat
½ EL Currypulver Madras
200 ml Fisch-
Weißweinsauce
1 Petersilienzweig
5 Zitronenmelisse-Blätter
2 cl weißer Portwein
1 Spritzer Weißwein

Couscous

4 Wan-Tan-Blätter, nach Wunsch

Zubereitung:

Die Karotten schälen, auf der Aufschnittmaschine längs in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Diese in Routen oder Würfelchen schneiden und in erhitzter Butter farblos etwa 1 Minute bissfest schwenken und sofort kalt stellen. Kalte Fischfarce, Safran, fein geschnittenen Koriander und die Karotten vermischen und mit Salz und Pfeffer gut abschmecken. Diese kompakte Masse auf die mit Zitrone, Salz und Pfeffer gewürzten Fischfilets etwa ½ cm dick gleichmäßig schön aufstreichen und kalt stellen. Die Fischfilets können so vorbereitet und abgedeckt bis zu 4 Stunden aufbewahrt werden.

Für die Sauce Schalotten, Bananen und Apfelwürfel in heißer Butter schwenken. Noilly Prat zugeben, etwa 4 Minuten köcheln lassen, danach Curry und Weißweinsauce zugeben und nochmals 5 Minuten köcheln lassen. Im Mixer mit der Petersilie und Melisse fein mixen und durch ein feines Sieb passieren. Mit Salz, Portwein und Weißwein würzig abschmecken.

Anrichten

Nach Wunsch 4 Wan-Tan Blätter nacheinander über einen Champagnerkorken geben, mit der Hand gut passend andrücken. In heißem 170 °C heißem Öl etwa 90 Sekunden knusprig backen. Die Fischfilets zuerst mit der Karottenseite in einer heißen Teflonpfanne mit Olivenöl farblos etwa 60 Sekunden braten. Danach umdrehen und weitere 5 Minuten im Backofen bei 180 °C saftig braten. Die Wan-Tan-Körbchen mit Couscous füllen und auf heiße Teller platzieren, Fischfilets dazugeben und mit aufgeschäumter, heißer Currysauce servieren.

Fischfarce:

200 g Zanderfilet
180 g Sahne
2 cl trockener Sherry
Saft von ½ Zitrone
Salz
Tabasco

Zubereitung:

Das Zanderfilet (statt Zander kann man auch Hecht oder Forelle verwenden) häuten und Gräten ziehen. Das Fleisch klein schneiden und mit Salz und 1 Spritzer Tabasco würzen. Separat mit der Sahne in das Tiefkühlfach geben und leicht anfrieren lassen. Nach etwa 30 Minuten die Fischmasse in die Küchenmaschine geben und 10-20 Sekunden durchmixen. Zuerst die Hälfte der Sahne zufügen, kurz durchmixen und dann den Rest dazugießen. Alles schnell zu einer glatten glänzenden Farce verarbeiten. Die Farce durch ein feines Haarsieb streichen, mit Sherry, etwas Zitronensaft und Salz abschmecken.

Fisch-Weißwein-Sauce

Zutaten:

500 ml Fischfond
200 ml trockener Weißwein
1 EL Mehlbutter
150 g Sahne (30%)
10 g Crème fraîche
1/2 Zitrone
Salz

Zubereitung:

Den Fischfond mit Wein und der Mehlbutter langsam zum Kochen bringen und auf die Hälfte der Flüssigkeit einkochen. Die Sahne und Crème fraîche zufügen und wieder auf ein Drittel der Flüssigkeit reduzieren. Mit etwas Zitronensaft und Salz abschmecken.