

Seezunge, Limetten-Safran-Soße, Linsen-Risotto, Seealgen

Für zwei Personen

Für die Seezunge:

1 Seezunge 70 g Seealgen Butter

Für das Linsenrisotto:

100 g Risottoreis 60 g Beluga-Linsen 1 Schalotte
75 g Butter 50 g Parmesankäse 500 ml Gemüsefond
50 ml Weißwein Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

20 Safranfäden 1 Schalotte 1 Limette
100 ml Sahne 125 g kalte Butter 100 ml Fischfond
100 ml Weißwein Butter, Zucker, Salz

Einen Topf mit Wasser aufsetzen. Für die Sauce die Safranfäden in wenig Wasser einweichen. Die Limette halbieren. Die Schale einer halben Limette abreiben, die andere Hälfte auspressen. Die Schalotte abziehen, würfeln und in etwas Butter in einer Pfanne anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und verkochen lassen. Den Fischfond und die Sahne dazugießen. Den Safran und den Limettenabrieb dazugeben. Die Sauce einreduzieren lassen bis sie gebunden ist. Die kalte Butter löffelweise in die Sauce einrühren. Mit Salz und Limettensaft abschmecken. Die Seezunge häuten und die Seezungenfilets auslösen. Die Seealgen in kochendem Wasser zwei Minuten kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Für das Risotto den Parmesan reiben. Den Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Anschließend die Schalotte abziehen, würfeln und in etwas Butter anschwitzen. Den Risottoreis und die Linsen dazugeben und kurz mit anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und so lange köcheln, bis der Reis den Wein aufgenommen hat. Kellenweise den erhitzten Gemüsefond dazugeben und umrühren. So lange wiederholen, bis das Risotto gar ist. Die restliche Butter und den Parmesan hinzugeben. Das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Seezungenfilets in einer Pfanne mit Butter von beiden Seiten etwa eineinhalb Minuten braten. Die Seealgen kurz in der Pfanne mit Butter schwenken. Das Linsenrisotto auf Tellern anrichten, die Seezungenfilets darauf verteilen, mit der Limetten- Safran-Sauce beträufeln und mit den Seealgen dekorieren und servieren.

Dimitrios Kaltsidis am 04. Februar 2015