

Saibling mit gebratenem Spargel, Erbsen und Minze

Für 2 Personen

400 g Saiblingfilets mit Haut	100 g Butter	1 Zweig Thymian
400 g Spargel, weiß	1 Prise Zucker	3 EL gepuhlte Erbsen
2 EL Rapsöl	Meersalz	1 Spritzer Zitronensaft
1 Prise brauner Zucker	100 ml Milch	weißer Pfeffer
2 Stiele frische Minze		

Den Backofen auf 75 Grad Umluft vorheizen. Die Fischfilets engräten, abwaschen und mit Küchenpapier abtrocknen. Butter in einem Topf unter Rühren langsam bräunen, dann den Topf vom Herd nehmen. braune Butter auf ein tiefes Blech pinseln, Saiblingfilets aufsetzen, Thymianzweig dazwischen legen und mit restlicher brauner Butter (2 EL beiseite stellen) bestreichen. Fischfilets im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen. Spargel schälen und gleichmäßige Stifte schneiden. Die Spargelschalen in einem Topf mit Wasser aufsetzen. Das Wasser mit etwas Salz, einer Prise Zucker und 1 TL Butter würzen. Die Schalen ca. 10 Minuten kochen lassen, dann den Sud passieren. Schalotte schälen, fein würfeln und mit dem 200 ml Spargelsud aufkochen. Die Erbsen zugeben und darin weich kochen. In einer Pfanne mit 2 EL Rapsöl die Spargelstifte langsam goldgelb braten, mit Meersalz, Zitronensaft und braunem Zucker würzen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die gekochten Erbsen sehr fein pürieren. Milch und die restlichen 2 EL braune Butter untermixen, erwärmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spargelstifte als Rechteck auf den vorgewärmten Tellern verteilen. Saibling auf Spargel setzen und die aufgeschäumten Sauce angießen. Minze in feine Streifen schneiden und zum Schluss über das Gericht streuen.

Michael Kempf Freitag, 29. April 2011