

Fenchel-Mayonnaise, Fisch, Kohlrabi, Schnittlauch-Pesto

Für zwei Personen

Für das Brot:

2 Scheiben Bauernbrot, 5mm dick 1 EL Butter Salz

Für den Fisch:

1 Saiblingsfilet, mit Haut 200 ml Gemüsefond 20 g Butter
2 Lorbeerblätter Salz Pfeffer

Für die Fenchel-Mayonnaise:

$\frac{1}{2}$ Fenchel mit Fenchelgrün 1 Zitrone, davon Saft 1 Ei
1 TL Senf $\frac{1}{2}$ TL Fenchelsamen 100 ml Sonnenblumenöl
Salz Pfeffer

Für die gepickelten Radieschen:

4 Radieschen $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe 100 ml Weißweinessig
 $\frac{1}{2}$ TL Koriandersamen $\frac{1}{2}$ TL Senfkörner 1 Lorbeerblatt
3 EL Zucker $\frac{1}{2}$ TL Salz $\frac{1}{2}$ TL Pfefferkörner

Für das Schnittlauch-Pesto:

1 Bund Schnittlauch $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie 30 g Parmesan
100 ml Sonnenblumenöl Salz Pfeffer

Für den gedünsteten Kohlrabi:

$\frac{1}{2}$ Kohlrabi 10 g Butter Salz, Pfeffer

Für das Aprikosen-Chutney:

250 g frische, reife Aprikosen 1 Schalotte 1 kleines Stück Ingwer
2 Zweige Basilikum 1 Prise mildes Chilipulver 1 Prise Salz

Für die karamellierte Fenchelsaat:

4 EL Fenchelsamen 2 EL Zucker

Für die Garnitur:

1 EL Saiblingskaviar Fenchelgrün

Für das Brot:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Bauernbrot mit Butter und Salz bestreichen und im Ofen bei 200 Grad backen, bis es knusprig ist.

Für den Fisch:

Alle Zutaten in eine beschichtete Pfanne geben, den Saibling zuletzt mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen und bei niedriger Temperatur langsam garen.

Für die Fenchel-Mayonnaise:

Vom Fenchel den Strunk entfernen und ca. 3 EL Fenchel reiben. 2 EL Fenchelgrün hacken. Fenchelsamen mörsern. Zitrone halbieren und 1 TL Saft auspressen. Aus Ei, Zitronensaft, Senf und Öl eine Mayonnaise mixen. Davon 2 Esslöffel mit geriebenem Fenchel, gehacktem Fenchelgrün und Fenchelsamen vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die gepickelten Radieschen:

Knoblauch abziehen. 100 ml Wasser, Essig, Zucker und Salz aufkochen lassen, bis sich der Zucker aufgelöst hat, dann Pfeffer, Koriander, Senfkörner, Knoblauch und Lorbeerblatt hinzufügen und 5 Minuten köcheln lassen. Radieschen waschen und in feine Scheiben hobeln, mit dem Sud übergießen und 20 Minuten ziehen lassen.

Für das Schnittlauch-Pesto:

Parmesan fein reiben. Alle Zutaten mit dem Stabmixer mixen und abschmecken.

Für den gedünsteten Kohlrabi:

Kohlrabi in gleichmäßige Stäbchen schneiden, mit einem Schuss Wasser, Butter, Salz und Pfeffer in einem Topf ca. 4-5 Minuten dünsten und abschmecken.

Für das Aprikosen-Chutney:

Aprikosen waschen, trocknen, halbieren und die Kerne entfernen. Das Fruchtfleisch fein würfeln. Basilikum waschen und trocknen. Blätter abzupfen und in feine Streifen schneiden. Schalotte und Ingwer fein hacken und in Öl andünsten. Aprikosenwürfel dazugeben und mit Salz und Chili abschmecken. Etwa 20 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen und gelegentlich umrühren.

Für die karamellierte Fenchelsaat:

Zucker in einer beschichteten Pfanne karamellisieren lassen, Fenchelsamen dazugeben, flüssiges Karamell auf ein Backpapier geben und im Gefrierschrank abkühlen lassen, später in kleine Stückchen zerbrechen.

Für die Garnitur:

Fenchelgrün feinhacken. Kaviar als Garnitur verwenden.

Katja Zimny am 21. August 2023