

# Kabeljau mit Erbsen-Püree, Buttermilch-Schaum

## Für zwei Personen

### Für den Fisch:

500 g Kabeljaufilet                      500 ml Vollmilch    4 Lorbeerblätter  
1 TL Salz

### Für das Erbsenpüree:

400 g TK-Erbsen                      50 ml Sahne             $\frac{1}{2}$  Zitrone, Saft  
1 Prise Zucker                      Salz                      Pfeffer

### Für den Buttermilch-Schaum:

150 g Buttermilch                      75 g saure Sahne    50 g Crème-fraîche  
1 Prise Cayennepfeffer              Zucker                      1 Prise Salz

### Für die frittierte Brunnenkresse:

1 Schale Brunnenkresse              Sonnenblumenöl    Salz

### Für den Korallen-Chip:

grüne Farbe                      10 g Mehl                      50 g neutrales Öl  
Salz

### Für den Fisch:

Die Milch mit den Lorbeerblättern und dem Salz erhitzen, 30 Minuten bei kleiner Hitze ziehen lassen. Kabeljau in vier Portionen teilen und in der 75 Grad heißen Milch etwa 5-7 Minuten lang pochieren.

Herausnehmen und mit etwas Salz würzen.

### Für das Erbsenpüree:

Erbsen im Salzwasser kurz kochen und abgießen. Ein paar Erbsen zum Anrichten zur Seite legen und von diesen die Schale abpulen. 50 ml Wasser und die Sahne einmal aufkochen. Die restlichen Erbsen pürieren und mit der Wasser-Sahne-Mischung pürieren. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Zum Schluss noch etwas Zitronensaft dazugeben. Durch ein Haarsieb streichen und bis zum Anrichten warm stellen.

### Für den Buttermilch-Schaum:

Buttermilch, saure Sahne und Crème fraîche in einen hohen Becher geben und mit dem Stabmixer aufschlagen. Mit Salz, Cayennepfeffer und Zucker abschmecken.

### Für die frittierte Brunnenkresse:

Sonnenblumenöl erhitzen und die Brunnenkresse darin einige Minuten frittieren. Herausnehmen und mit dem Salz würzen.

### Für den Korallen-Chip:

70 g Wasser mit restlichen Zutaten mit einem Stabmixer pürieren und in einer Pfanne ohne Öl braten bis das Wasser verdunstet ist. Nicht wenden. Auf Küchenrolle abtropfen lassen und mit etwas Salz würzen.

Olga Held am 30. Oktober 2024