

Skreifilet, Beurre blanc, Beluga-Linsen

Für zwei Personen

Für den Skrei:

2 Skreifilets, mit Haut Öl Salz, Pfeffer

Für die Beurre blanc:

1 Schalotte 125 g kalte Butter 250 ml trockener Weißwein

125 ml Weißweinessig 1 Lorbeerblatt 3 Wachholderbeeren

10 schwarze Pfefferkörner Salz weißer Pfeffer

Für die Belugalinsen:

200 g Belugalinsen Salz

Für das Frühlingsgemüse:

1 Stange Lauch 100 g Zuckerschoten 100 g frische Erbsen

200 g grünen Spargel Butter Salz, Pfeffer

Für das Schnittlauch-Öl:

1 Bund Schnittlauch 200 ml Keimöl

Für den Skrei:

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Skrei auf der Haut braten und ihn erst, wenn er fast fertig ist wenden, um in kurz und scharf von der anderen Seite anzubraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Beurre blanc:

Schalotte abziehen und fein würfeln. Alle Zutaten bis auf die Butter in einem kleinen Topf zum Kochen bringen und auf ein Drittel runter reduzieren lassen. Die Reduktion durch ein Sieb geben und erneut erhitzen. Kalte Butter nach und nach hinzugeben und mit einem Stabmixer unterrühren. Die Sauce mit Salz und weißem Pfeffer abschmecken.

Für die Belugalinsen:

400 ml Wasser und die Linsen in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Linsen 20 Minuten kochen bis sie gar sind, dann abgießen.

Erst nach dem Kochen mit Salz würzen.

Für das Frühlingsgemüse:

Gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Lauch und grünen Spargel putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Zuckerschoten, Erbsen, Lauch und Spargel jeweils einzeln blanchieren und dann in Eiswasser abschrecken.

Butter in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse in der Butter schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Schnittlauch-Öl:

Schnittlauch blanchieren und dann in Eiswasser abschrecken. Im Öl pürieren und anschließend auf 60 Grad in einem Topf erhitzen.

Anschließend durch ein feines Sieb oder ein Passiertuch in eine Schüssel abseihen.

Rebecca von Kuk am 20. März 2025