

Wurzelfisch im Kren-Sahne-Sud, Julienne-Gemüse, Kartoffeln

Für zwei Personen

Für den Kren-Sahne-Sud:

2 Karotten	1 gelbe Karotte	1 Knolle Sellerie
$\frac{1}{2}$ Stange Lauch	1 Pastinake	60 g gerieb. Meerrettich, Glas
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	150 g Butter
250 ml Sahne	250 ml Weißwein	500 ml Gemüsefond
50 ml Essig	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Liebstöckel
2-3 Lorbeerblätter	Salz	Pfeffer

Für den Wurzelfisch:

300 g Kabeljau-Rückenfilet	1 Prise Salz
----------------------------	--------------

Für das Liebstöckel-Öl:

$\frac{1}{2}$ Bund Liebstöckel	500 ml Rapsöl	Salz, Pfeffer
--------------------------------	---------------	---------------

Für die Salzkartoffeln:

250 g festk. Kartoffeln	2 EL Butter	Salz
-------------------------	-------------	------

Für die Ganitur:

$\frac{1}{2}$ Beet Erbsensprossen	$\frac{1}{2}$ Beet Wasabi-Sprossen	2-4 essbare Blüten
-----------------------------------	------------------------------------	--------------------

Für den Kren-Sahne-Sud: Das Wurzelgemüse schälen und in Julienne schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Anschließend mit Weißwein ablöschen und kurz einreduzieren lassen. Mit Gemüsefond aufgießen. Die Hälfte des Gemüses in den Sud geben. Lauch, Lorbeerblätter, Petersilie, Liebstöckel und den Meerrettich ebenfalls hinzugeben und köcheln lassen. Nach 10 Minuten die Hälfte der Sahne hinzufügen und einmal aufköcheln lassen. Anschließend in einem Sieb abgießen, sodass nur der Sud übrig bleibt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem Pürierstab nochmals aufmixen. Das restliche Julienne-Gemüse kurz in kochendem Salzwasser mit einem Schuss Essig und einer Prise Salz blanchieren.

Für den Wurzelfisch: Fisch in zwei Filets schneiden und im Wurzelsud für 8 Minuten mit geschlossenem Deckel dämpfen. Der Sud darf nicht kochen. Den Fisch glasig garen und mit einer Prise Salz würzen.

Für das Liebstöckel-Öl: Liebstöckel abbrausen, trockenwedeln und in einen hohen Messbecher geben. Rapsöl hinzufügen und mit dem Pürierstab zu einem feinen Öl mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Salzkartoffeln: Kartoffeln schälen und in einem Topf mit Salzwasser garen. Abgießen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln kurz in der Butter schwenken. Mit Salz abschmecken.

Für die Ganitur: Den Kren-Sahne-Sud in tiefe Teller geben. Liebstöckelöl darauf verteilen, sodass kleine Punkte im Sud zu sehen sind. Fisch in die Mitte der Teller setzen und mit dem Gemüse belegen. Salzkartoffeln dazu geben und Sprossen und Blüten garnieren.

David Kruselburger am 12. August 2025