

Saibling-Filet mit Birnen und Ingwer-Kartoffel-Püree

Für 2 Personen

2 Saiblingfilets a 150 g	400 g mehligk. Kartoffeln	2 Birnen
2 Schalotten	20 g Ingwer	20 g Sushi-Ingwer
1 Stange Zitronengras	50 g Butter	20 g Zucker
100 ml Milch	30 ml Sojasoße	40 ml Olivenöl
3 Zweige Koriander	1 TL rosa Pfefferkörner	Korianderkörner
Salz	Pfeffer, schwarz	

Die Kartoffeln waschen, schälen und vierteln. Wasser in einem Dampftopf erhitzen und die Kartoffeln darin weich garen. Die Birnen waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in Spalten schneiden. Anschließend die Schalotten abziehen und klein würfeln. Den Ingwer schälen und in grobe Scheiben schneiden. Das Zitronengras mit einem Messerrücken leicht flach klopfen und halbieren. Die Hälfte des Olivenöls in einer Pfanne erhitzen und die Schalottenwürfel mit den Birnenspalten darin anbraten. Den Ingwer und das Zitronengras zugeben, anschließend mit dem Zucker bestreuen und leicht karamellisieren lassen. Das Ganze mit der Sojasoße ablöschen und etwa drei Minuten köcheln lassen, bis die Birnen bissfest gegart sind. Abschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Für das Kartoffel-Püree die Milch zusammen mit der Butter in einem Topf erhitzen und mit dem Koriander aus der Mühle und Salz abschmecken. Die weich gegarten Kartoffeln noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. Den Sushi-Ingwer klein hacken und zusammen mit der heißen Milch unter die gepressten Kartoffeln mischen. Nochmals mit Salz und Koriander abschmecken. Das übrige Olivenöl in einer Pfanne heiß werden lassen. Die Saiblingfilets waschen, trockentupfen und mit der Hautseite nach unten in der Pfanne anbraten, die Hitze anschließend reduzieren und die Filets kross braten. Den Fisch abschließend wenden, weitere zwei Minuten braten lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Korianderblätter abzupfen und klein hacken. Einige Blätter für die Garnitur aufbewahren. Den rosa Pfeffer in einem Mörser grob zerstoßen und zusammen mit dem gehackten Koriander unter die Birnen mischen. Die Saiblingfilets zusammen mit dem Ingwer-Kartoffel-Püree und den Birnen auf Tellern anrichten und mit den übrigen Korianderblättern garnieren.

Johann Lafer am 16. Juli 2010