

Reisnudeln mit Saibling-Filet und Blattspinat

Für 4 Portionen

80 g Schalotten	7 El Olivenöl	80 ml Wermut
200 ml Weißwein	300 ml Gemüsefond	250 ml Schlagsahne
1 Zitrone, Abrieb	Salz, Pfeffer	5 Kardamomkapseln
1 Tl Szechuan-Pfeffer	1 El Koriandersaat	4 Saiblingsfilets (à 130 g)
100 g Baby-Blattspinat	300 g Reisbandnudeln	20 Kirschtomaten (gelb)
150 g Crème-fraîche	8 Stiele Thai-Basilikum	

Für die Sauce Schalotten längs halbieren, dann quer in feine Scheiben schneiden. 1 El Öl in einem Topf erhitzen, Schalotten darin glasig dünsten. Mit Wermut ablöschen und fast vollständig einkochen lassen.

Wein zugeben und auf die Hälfte einkochen lassen. Fond zugeben und auf 200 ml einkochen lassen. Sahne und Zitronenschale zugeben und auf 400 ml einkochen lassen. Sauce mit dem Schneidstab sehr fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Abgedeckt warm stellen.

Kardamomkapseln im Mörser aufstoßen, die Kapselshalen entfernen.

Kardamomsamen mit Szechuan-Pfeffer und Koriandersaat im Mörser fein zerstoßen. Saiblingsfilets rundum mit der Gewürzmischung bestreuen.

Abgedeckt beiseitestellen.

Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Reisnudeln nach Packungsanweisung zubereiten.

4 El Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen, Fischfilets darin bei mittlerer bis starker Hitze von jeder Seite 2 Minuten braten, dabei leicht mit Salz würzen. Pfanne von der Herdplatte ziehen, Fisch 5-6 Minuten darin gar ziehen lassen. Restliches Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen, Tomaten darin bei mittlerer Hitze 3-4 Minuten dünsten.

Zitronensauce in einem großen flachen Topf oder einer großen Pfanne mit Crème fraîche verrühren, kurz aufkochen. Nudeln abgießen, kurz abtropfen lassen. Mit dem Spinat in die heiße Sauce geben und vorsichtig durchschwenken. Fischfilets grob in Stücke zerteilen, mit Nudel-Spinat-Mischung und Kirschtomaten auf vorgewärmten tiefen Tellern anrichten. Mit abgezapften Thai-Basilikumblättern bestreuen und servieren.

Jürgen Büngener am 10. März 2021