

LE MENU POISSON

Ein Rezept von Andreas Altorfer

Seeteufel

mit Kruste von Baumnuss
und Blättern von Rosenkohl



Zutaten für 4 Personen

FISCH:

480g Filet
1 KL Bratbutter
wenig Mehl
Salz und Pfeffer aus der Mühle

KRUSTE:

50g Baumnüsse, gerieben
50g Panko Paniermehl
100g Butter, weich
Salz und Pfeffer aus der Mühle

GEMÜSE:

240g Rosenkohlblätter
1 EL Butter
Salz und Pfeffer aus der Mühle

PILZE:

160g Eierschwämme, gerüstet
40g Butter
1 Schalotte, gehackt
1 Knoblauchzehe, gehackt
Salz und Pfeffer aus der Mühle

Seeteufel

mit Kruste von Baumnuss
und Blättern von Rosenkohl

Vorbereiten

FISCH:

Filet in 8 Medaillons schneiden, etwas flachklopfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

KRUSTE:

Die weiche Butter mit dem Mixer schaumig schlagen. Panko Paniermehl und die geriebenen Baumnüsse ohne Fettstoff goldbraun rösten. Abkühlen lassen. Mit der schaumigen Butter mischen und würzen. Nicht kühlstellen.

Zubereiten

GEMÜSE:

Rosenkohlblätter in Butter anbraten, würzen und warmstellen.

PILZE:

Eierschwämme zusammen mit der Schalotte und dem Knoblauch in Butter dünsten, würzen, warmstellen.

FISCH:

Medaillons mit Mehl bestäuben. Bei starker Hitze nur kurz beidseitig anbraten – etwas Farbe geben – abkühlen lassen, nicht kühlstellen.

Eine Seite von jedem Medaillon nicht zu knapp mit Baumnusskruste bestreichen. Im auf 250°C vorgeheizten Ofen ca. 5 Min. überbacken.

Anrichten

Eierschwämme und Rosenkohlblätter auf Teller verteilen. Medaillons darauflegen. Servieren. fertigagaren.

Tipp

Vorbereitete, mit der Baumnusskruste bestrichene Medaillons lassen sich vor der Zubereitung für einige Stunden kühlstellen. Ca. 30 Min. vor der Zubereitung im Ofen aus dem Kühlschrank nehmen.

Preiselbeeren oder glasierte Marroni dazu servieren.