

Hecht-Klöße, Petersilien-Soße, Gnocchi, Karotten-Sticks

Für zwei Personen

Für die Hechtklößchen:

150 g Hechtfilet, eiskalt	75 ml Sahne	1 Zitrone
$\frac{1}{2}$ Msp. Safran	1 Ei	Salz
Pfeffer		

Für die Sauce:

1 Bund Petersilie, glatt	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
1 Zitrone	25 ml Naturjoghurt	75 ml Crème-fraîche
Salz	Pfeffer	

Für die Gnocchi:

250 g Ricotta	1 Ei	75 g Mehl
30 g Parmesan	Salz	Muskatnuss

Für die Karotten:

3 Karotten	1 EL schwarzer Sesam	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Karotten schälen, waschen und in Streifen schneiden, anschließend mit Öl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Karottensticks bei 180 Grad in den Backofen geben.

Hechtfilet unter fließend kaltem Wasser abspülen und trockentupfen. Fisch von Gräten befreien und in kleine Würfel schneiden.

Zitronensaft auspressen, ein Ei aufschlagen und Eiweiß vom Eigelb trennen. Den gewürfelten Fisch mit einem halben Esslöffel Zitronensaft, mit der Hälfte Sahne, Safran, Salz und Pfeffer in Moulinette geben. Danach restliche Sahne und Eigelb begeben, nochmals in Moulinette geben abschmecken und kalt stellen.

Zwiebel abziehen und kleinhacken. Knoblauch abziehen und auspressen. Petersilie feinhacken und anschließend mit der Hälfte der ausgepressten Knoblauchzehe, Zwiebeln und Joghurt fein mixen. Dann mit Crème fraîche vermengen. Zum Schluss Petersiliensauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Pochieren Klößchen in eine flache Pfanne mit Wasser füllen, Zitronensaft begeben, salzen und unter dem Siedepunkt halten. Aus Hechtmasse mit zwei Esslöffeln Klößchen formen, ins Wasser geben und darin fünf Minuten pochieren.

Parmesan reiben, anschließend ein weiteres Ei aufschlagen und Eigelb vom Eiweiß trennen. Halbes Eigelb mit Ricotta, Parmesan und Mehl vermengen und mit Salz und Muskat abschmecken. Teig zu 2 cm dicken Rollen formen. Anschließend von der Teigrolle drei Zentimeter lange Stücke abschneiden.

Einen Topf mit Salzwasser erhitzen und Gnocchi portionsweise in kochendes Wasser geben. Im Anschluss zwei bis drei Minuten darin ziehen lassen und abschöpfen.

Geröstete Karotten aus Ofen nehmen und mit schwarzem Sesam bestreuen.

Petersiliensauce erwärmen.

Den Saucenboden auf tiefen Tellern anrichten und Hecht-Klößchen darauf geben. Gnocchi und Karottensticks daneben anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.

Marlene Wichmann am 21. Oktober 2015