

Seeteufel-Bäckchen, Safran-Soße, Gemüse, Parmesan-Segel

Für zwei Personen

Für den Seeteufel:

300 g Seeteufelbäckchen	1 festk. Kartoffel	50 g Mehl
250 ml Milch	20 g Butter	Salz
Pfeffer		

Für die Sauce:

1 Zwiebel	1 Zitrone	200 ml Fischfond
50 g Crème-fraîche	1 g Safranpulver	Olivenöl
Salz	rosa Pfefferbeeren	

Für das Gemüse:

2 dünne Scheiben Parmaschinken	1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch
1 Zitrone	1 kleine Zucchini	1 kleine Karotte
2 Strauchtomaten	1 weiße Rübe	1 kleines Stück Lauch
10 g Ingwer	1 Schuss trockener Weißwein	100 ml Gemüsefond
4 Zweige Rosmarin	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
1 Prise gemahlener Koriander	1 Prise Piment-d'Espelette	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Parmesan-Segel:

50 g Parmesan

Für die Garnitur:

Edelsüßes Paprikapulver

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Seeteufelbäckchen in Milch mit Salz und Pfeffer zehn Minuten im Kühlschrank marinieren. Mit einem Papierhandtuch abtupfen, mehlieren und in Butter bräunen. Die Kartoffel schälen und in Salzwasser gar kochen. Abgießen und für die Garnitur bei Seite legen.

Für die Sauce Zitronenschale abreiben und Saft auspressen. Zwiebel abziehen, klein hacken und in Olivenöl anschwitzen. Mit Fischfond ablöschen. Crème fraîche, Safran, Salz, rosa Pfeffer, Zitronensaft und ein wenig Zitronenschale hinzugeben. Zehn Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen. Seeteufelbäckchen in der Sauce leicht aufwärmen.

Schinken klein schneiden und knusprig braten.

Zucchini, Karotte, Tomaten, weiße Rübe und Lauch gegebenenfalls schälen und alles klein schneiden. Schalotte und Knoblauch abziehen, klein schneiden und in Olivenöl anschwitzen. Das gesamte Gemüse hinzufügen und mit Salz, einer Prise Piment d'Espelette, einer Prise gemahlenem Koriander, einem Schuss Weißwein und etwas Gemüsefond abschmecken.

Ingwer schälen und klein schneiden. Zitronenschale abreiben und den Saft auspressen. Von beidem etwas zum Gemüse geben und mit dem Rosmarinzweig köcheln lassen. Rosmarinzweig wieder entfernen.

Parmesan reiben, vier bis fünf Minuten im Ofen backen und daraus ein Segel formen. Koriander und Petersilie klein hacken. Schinken ebenfalls klein hacken.

Seeteufelbäckchen mit buntem Gemüse, Kartoffel und Safransauce in Form eines Bootes auf Tellern anrichten und mit Parmesan-Segel, gehackten Kräutern, Paprikapulver und Schinkenstückchen garniert servieren.

Muriel Liegeois am 09. November 2015