

# Kabeljau, Honig-Senf-Soße, Zucchini-Spargel und Salat

## Für zwei Personen

### Für das Gemüse:

8 Stangen grüner Spargel	1 gelbe Zucchini	1 rote Zwiebel
50 g Cashewkerne	½ TL Zucker	Olivenöl
Salz	Pfeffer	Eiswasser

### Für den Fisch:

1 Kabeljau-Rückenfilet	1 Zitrone, Saft	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

### Für die Honig-Senf-Sauce:

2 EL körniger Senf	1 TL Honig	50 ml Apfelsaft
125 ml Schlagsahne	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer

### Für den Rübchensalat:

1 Bund Radieschen	3 Mairübchen	2 Möhren
1 säuerlicher Apfel	1 Knoblauchzehe	1 TL Tafel-Meerrettich
40 g Mandelblättchen	3 Stängel Dill	2 EL Apfelessig
1 TL Ahornsirup	2 EL Walnussöl	1 EL Olivenöl
Kräutersalz	Pfeffer	

### Für das Gemüse:

Den Spargel kurz in Wasser mit Zucker und Salz blanchieren, danach in Eiswasser abschrecken. Zucchini und Zwiebel in mundgerechte Stücke schneiden, in etwas Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Spargel und Cashewkerne zum Schluss hinzugeben und kurz mit anbraten.

### Für den Fisch:

Kabeljaurückenfilet mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft kurz marinieren lassen und danach in Olivenöl von beiden Seiten anbraten, so dass es noch glasig ist.

### Für die Honig-Senf-Sauce:

In einem kleinen Topf Senf, Honig, Apfelsaft und Sahne verrühren und aufkochen. Alles bei schwacher Hitze 45 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für den Rübchensalat:

Radieschen putzen, Mairübchen und Möhren schälen, Apfel waschen.

Alles auf einer Reibe in ähnliche Scheiben reiben.

Dill abbrausen und trockenwedeln.

Knoblauch abziehen, pressen und mit Essig, Sirup, Meerrettich, Olivenöl und Walnussöl vermengen. Mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken.

Geriebene Zutaten miteinander vermengen und 2 Stängel Dill klein hacken und unterrühren. Mit dem Dressing vermengen und kurz ziehen lassen.

Mandelblättchen vorsichtig in einer Pfanne ohne Fett anrösten und ebenfalls unterrühren.

Letzte Dillstängel zum Garnieren des Tellers nutzen.

Maximilian Klösges am 16. Juni 2022