

Fischstäbchen im Tramezzini-Mantel, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Fischstäbchen:

200 g dünnes Saiblingsfilet	4 Tramezzini-Scheiben	1 Ei
2 EL Sojasauce	Öl	Zitronenpfeffer
Salz	Pfeffer	

Für den Stampf:

250 g mehligk. Kartoffeln	$\frac{1}{2}$ Orange, Saft	1 TL Butter
50 ml Sahne	50 ml Milch	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für den Broccolini:

150 g Broccolini	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 TL Honig
2 TL Sojasauce	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Miso-Hollandaise:

1 kleine Zwiebel	1 Zitrone, Saft	1 Ei
50 g Butter	1 TL Misopaste	2 Tropfen Weißweinessig
1 Stange Zitronengras	Salz	Pfeffer

Für die Fischstäbchen:

Den Fisch in dünne Stäbchen schneiden und mit Sojasauce bestreichen. Ei trennen und das Eiweiß auffangen. Tramezzini dünn ausrollen. Fischstäbchen mit Zitronenpfeffer würzen, mit Eiweiß bestreichen und in die Tramezzini-Scheiben einwickeln. Fischstäbchen in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten, bis sie goldbraun und knusprig sind.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Stampf:

Kartoffeln schälen und in gesalzenem Wasser kochen, bis sie weich sind.

Abgießen, ausdampfen lassen und stampfen. Orange auspressen.

Orangensaft, etwas geriebene Orangenschale, Butter und heiße Milch-Sahne-Mischung mit etwas Muskatnuss-Abrieb hinzugeben. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Broccolini:

Broccolini in kochendem Salzwasser kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Danach in einer Pfanne mit etwas Olivenöl, angedrücktem Knoblauch, Sojasauce und Honig kurz anbraten, um ihm ein leichtes Röstaroma zu verleihen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Miso-Hollandaise:

Zwiebel abziehen und feinhacken. Ei trennen und Eigelb mit einem Schuss Wasser über einem heißen Wasserbad schaumig schlagen.

Zitronengras in Butter mit Zwiebel schmelzen lassen und unter ständigem Rühren einfließen lassen bis eine cremige Sauce entsteht. Anschließend etwas Misopaste unter die Masse mischen und mit Zitronensaft, Weißweinessig, Salz und Pfeffer abschmecken. Zitronengras vor dem Servieren herausnehmen.

Robin Lursky am 28. Oktober 2024