

Saibling-Filet mit Gurken-Zucchini-Salat, Reibekuchen

Für zwei Personen

Für das Saiblingsfilet:

2 Saiblingsfilets Butter, Olivenöl Schnittlauch

Für den Salat:

1 Bio-Salatgurke 2 kleine Bio-Zucchini 50 g Cashew-Kerne
1 Limette, unbehandelt 1 mittelscharfe rote Chili 3 EL asiatische Fischsauce
1 EL Sesamöl 1 EL Reisweinessig Zucker, Salz, Pfeffer

Für die Reibekuchen:

3 dicke Kartoffeln 1 Zwiebel 1 Muskatnuss
1 Ei 3 EL Mehl 5 EL Sonnenblumenöl
Salz, Pfeffer

Die Cashewkerne in einer Pfanne kurz anrösten. Die Salatgurke und Zucchini waschen, trocken tupfen und mit dem Sparschäler Streifen rundherum abschälen. Anschließend die Streifen in einer Schüssel salzen und ein paar Minuten Wasser ziehen lassen. Für die Vinaigrette den Saft von der Limette mit dem Sesamöl, dem Reisweinessig, der Fischsauce, der klein gehackten Chili und einer Prise Zucker verrühren und beiseite stellen. Die Cashewkerne aus der Pfanne nehmen und mit einem Kochmesser klein hacken. Die Gurken- und die Zuchinistreifen mit den Händen ausdrücken, die Vinaigrette untermischen. Für die Reibekuchen die Zwiebel abziehen und fein hacken. Kartoffeln waschen, schälen, auf der Kartoffelreibe grob raspeln und mit einem Küchentuch ausdrücken. Die Kartoffelraspeln salzen, pfeffern und mit etwas Muskat würzen. Das Ei dazugeben und untermischen. Mehl unterheben. Das Sonnenblumenöl in einer kleinen Eisenpfanne erhitzen und portionsweise kleine Reibekuchen backen. Falls nötig, mehr Sonnenblumenöl in die Pfanne geben. Anschließend die Reibekuchen auf Küchenpapier abtropfen lassen. Das Saiblingsfilet salzen und pfeffern. Bei mittlerer Hitze auf der Hautseite in einer Pfanne mit etwas Olivenöl und Butter anbraten. Auf einem Teller den Gurken-Zuchinisalat anrichten, mit dem Saibling belegen und mit den gehackten Cashewkernen und dem Schnittlauch garnieren. Die Reibekuchen hinzulegen und servieren.

Uli Horn am 26. August 2014