

Marinierter Saibling mit gebackener Roter Bete

Für 4 Personen

5 Knollen Rote Bete	4 Eiweiß	2 kg Meersalz
1-2 EL Mehl	1 Kartoffel, mehlig	3 Schalotten
4 EL Butter	Salz	1 Lorbeerblatt
500 ml Geflügelfond	2 EL Crème-fraiche	1 EL Balsamico
Pfeffer	4 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 Zitrone, unbehandelt	150 ml Olivenöl	1 Spritzer Worcestersauce
4 Saiblingsfilets ohne Haut		

Den Backofen auf 200 Grad (Umluft 190 Grad) vorheizen. Die Rote Bete gut waschen und das Grün sorgfältig abzupfen, die kleinen Blätter zur Seite legen. Die Eiweiß kurz anschlagen und mit dem Meersalz und Mehl zu einer groben Masse vermischen. Die Rote Bete Knollen in das Meersalz einhüllen, auf eine Backblech oder in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Backofen ca. 1 Stunde garen. Für die Sauce die Kartoffel schälen und klein schneiden. Die Schalotten schälen, sehr fein schneiden und in einem Topf mit 2 EL Butter anschwitzen. Kartoffelwürfel zugeben und 50 ml Wasser angießen. Alles aufkochen, leicht salzen und das Lorbeerblatt zugeben. Schalotten und Kartoffelwürfel komplett weich kochen, evtl. etwas Wasser nachgießen. Wenn die Kartoffelwürfel verkocht sind den Geflügelfond dazugeben kurz aufkochen lassen, dann durch ein grobes Sieb passieren (nicht mixen). Kurz vorm Servieren Crème-fraiche, 2 EL Butter und Balsamico unter mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Marinade Thymian und Rosmarin abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Zitrone heiß abspülen, abtrocknen und mit einem Sparschäler oder Zestenreiser etwas Schale abziehen. Die Zitronenschale fein hacken. Von der Zitrone etwas Saft auspressen. Zitronenzesten mit 4 EL Olivenöl, Worcestersauce, einem Spritzer Zitronensaft, etwas Salz und Pfeffer zu einer Marinade mischen. Die zurückbehaltenen Rote Bete Blätter in feine Streifen schneiden und in einem kleinen Topf mit 100 ml Olivenöl kurz frittieren, herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Von den Saiblingsfilets die Gräten ziehen. Die gegarten Rote Bete aus dem Ofen nehmen und auf dem Blech etwas auskühlen lassen, den Ofen abschalten. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Saiblingsfilets auf einer Seite kurz anbraten, dann auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Die Fischfilets mit der Marinade beträufeln und ca. 8-10 Minuten in den abgeschalteten aber noch heißen Ofen schieben. Die Rote Bete aus der Salzhülle brechen, dann die Rote Bete schälen und anschließend in dünne Scheiben schneiden. Die Sauce kurz vor dem Servieren mit einem Pürierstab aufmixen. Fisch in Stücke schneiden und abwechselnd mit den Rote Bete Scheiben auf den Tellern zu Türmchen schichten. Die Sauce angießen, mit den frittierten Blättern bestreuen und servieren.

Martin Gehrlein Montag, 10. Oktober 2011