

Gedämpfter Saibling auf Wurzel-Gemüse im Wein-Sud

Für 2 Personen

1 Tomate	50 g Karotte	50 g Lauch
50 g Sellerie	1/2 Zitrone	60 g Champignons
2 Kartoffeln, fest	100 ml Fischfond	50 ml neuer Wein (Heuriger)
2 Saiblingfilets à 120 g	Salz, Pfeffer	2 Zweige Basilikum

Tomate in heißem Wasser kurz blanchieren, schälen, vierteln und das Kerngehäuse heraus schneiden, anschließend die Tomatenfilets in kleine Würfel schneiden. Karotten, Lauch und Sellerie putzen und in feine Streifen schneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen. Die Champignons putzen, ebenfalls in feine Streifen schneiden und sofort mit dem Saft der Zitrone beträufeln. Kartoffeln schälen, ebenfalls in dünne Streifen schneiden und in einem Topf mit Salzwasser weich kochen. Herausnehmen und abtropfen lassen. In einem Topf (mit passendem Dämpfeinsatz und Deckel)Fischfond und Wein zum Kochen bringen und die Champignon-, Karotten-, Lauch- und Selleriestreifen darin kurz blanchieren, herausnehmen und zur Seite stellen. Von den Fischfilets die Gräten ziehen. Den Dämpfeinsatz in den Topf geben, die Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen, darauf setzen und den Sud aufkochen. Zugedeckt aufkochen , dann den Topf vom Herd ziehen und bei leichter Hitze die Fischfilets ca. 4 Minuten dämpfen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blätter in feine Streifen schneiden. Basilikum mit Tomatenwürfeln und Kartoffelstreifen unter das Gemüse mischen und dieses nochmal kurz im Sud erwärmen. Den Sud abschmecken und mit dem Gemüse in tiefen Tellern anrichten, Fischfilets obenauf legen und servieren.

Otto Koch 23. November 2012