

Confierter Kabeljau, Grapefruit-Vinaigrette, Blumenkohl

Für zwei Personen

Für den Kabeljau:

1 Kabeljaufilet, à 250 g	5 Knoblauchzehen	5 Zweige Thymian
3 Zweige franz. Estragon	600 ml Olivenöl	Salz

Für die Vinaigrette:

2 Grapefruits, rose	3 längliche Schalotten	1 Zitrone
2 Zweige franz. Estragon Olivenöl	1 TL Estragonsenf	200 ml Olivenöl

Für das Zweierlei:

1 kleiner Kopf Blumenkohl	250 ml Sahne	100 g Crème-fraîche
50 g Kapern Nonpareilles	100 ml Rapsöl	1 Muskatnuss
10 g Butter	Olivenöl	Zucker

Für die Estragon-Wölkchen:

8 Zweige franz. Estragon	130 g Sonnenblumenöl	$\frac{1}{2}$ Vanilleschote
50 g Malto	40 g Zucker	3 g Salz

Für den Kabeljau:

Den Ofen auf 100 Grad Heißluft vorheizen.

Die Knoblauchzehen abziehen und andrücken. Thymian und Estragon abbrausen und trockenwedeln. Olivenöl mit Thymian, Knoblauch und Estragon-Stielen in einem Topf aufkochen und anschließend auf 80 Grad abkühlen lassen. Kabeljau mit Salz würzen und in den Topf legen. Darauf achten, dass er komplett mit Olivenöl bedeckt ist. Anschließend im Ofen glasig fertiggarren.

Für die Vinaigrette:

Die Schalotten abziehen, fein würfeln und in einer Pfanne in Olivenöl farblos anschwitzen. Zitrone halbieren, Saft auspressen und auffangen. Mit Zitronensaft ablöschen und abschmecken. Mit dem kaltgepressten Olivenöl und Estragonsenf binden. Grapefruit schälen und Filets heraus schneiden. Estragon abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Für das Zweierlei:

Blumenkohl-Püree: Den Blumenkohl abbrausen, trocken tupfen und die Hälfte der Röschen herausarbeiten. Den Rest ohne Stiel in einem Topf mit Sahne weichkochen. Anschließend mit Crème fraîche zu einem glatten Püree verarbeiten. Knackige Blumenkohlröschen: Die Kapern trockentupfen und in einer Pfanne mit heißem Rapsöl frittieren. Die andere Hälfte der Röschen mit Salz, Zucker und Muskat würzen und in einer Pfanne in Olivenöl und Butter goldgelb als Einlage der Vinaigrette braten.

Für die Estragon-Wölkchen:

Die Vanilleschote halbieren und das Mark einer Hälfte mit dem Messerrücken herauskratzen. Das Öl mit Estragon und Vanillemark sehr fein pürieren, Zucker und Salz zugeben und das Malto einrieseln lassen. Es sollen kleine „Streusel“ entstehen, die unter ständigen Schwenken leicht angebräunt werden.

Mario Kotaska am 27. Oktober 2017