

Kabeljau mit Safran-Soße, Blattspinat, Kartoffel-Würfel

Für zwei Personen

Für den Kabeljau:	2 Kabeljauflets, à 150 g	1 getr. rote Chilischote
1 Lorbeerblatt	1 TL Fenchelsamen	1 TL Korianderkörner
1 TL schwarze Pfefferkörner	1 TL gelbe Senfkörner	1 EL Wacholderbeeren
1 Stück Ingwer	1 EL mildes Olivenöl	Öl, mildes Chilusalz

Für die Safransauce:

10 Safranfäden	125 ml Geflügelfond	1 TL Puderzucker
40 ml trockener Weißwein	50 g Sahne	1 TL Speisestärke
1 EL kalte Butter	1 unbehandelte Zitrone	mildes Chilusalz

Für den Blattspinat:

300 g Babyspinat	2 EL Geflügelfond	1 Knoblauchzehe
1 Stück Ingwer	1 unbehandelte Limette	mildes Chilusalz
frisch gerieb. Muskatnuss	20 g kalte Butter	

Für die Kartoffelwürfel:	300 g festk. Kartoffeln	1 getrock. rote Chilischote
1 Lorbeerblatt	20 g Butter	Pfeffer, Salz

Für den Kabeljau: Für den Fisch einen Dämpfeinsatz (z.B. ein Bambuskörbchen) mit etwas Öl einfetten. Die Fischfilets waschen, trocken tupfen und in den Dämpfeinsatz legen. Ingwer schälen und drei Scheiben abschneiden. Für den Sud alle Gewürze mit Ingwer, der Chilischote im Ganzen und etwas Wasser (ca. 2 cm hoch) in einen Topf geben. Das Wasser erhitzen und das Körbchen so in den Topf setzen, dass die Fischfilets nicht mit dem Wasser in Berührung kommen. Die Fischfilets in leichtem Dampf etwa 6-8 Minuten gar ziehen lassen. Die Fischfilets anschließend mit Olivenöl einpinseln und mit Chilusalz würzen.

Für die Safransauce: Für die Safransauce Safranfäden in 3 EL heißem Fond einweichen. In einem Topf bei mittlerer Temperatur den Puderzucker goldbraun karamellisieren, mit Weißwein ablöschen und auf ein Drittel einkochen lassen. Mit dem übrigen Fond auffüllen, ein bis zwei Minuten köcheln lassen, die Sahne mit der Safranbrühe dazu geben und einmal aufkochen lassen. Etwas Schale der Zitrone abreiben. Die Speisestärke mit ein wenig kaltem Wasser glatt rühren, nach und nach in die köchelnde Sauce rühren, bis die Sauce leicht sämig ist. Zuletzt die Butter hinein mixen, den Zitronenabrieb dazu geben und mit Chilusalz würzen.

Für den Blattspinat: Spinat putzen, waschen und trocken schleudern. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer schälen und drei Scheiben abschneiden.

In einer tiefen Pfanne Fond mit Knoblauch und Ingwer erhitzen und die Spinatblätter darin 1 bis 2 Minuten andünsten, so dass sie gerade zusammen fallen und vom Herd nehmen. Limettenschale abreiben und einen Teelöffel Limettenschale dazugeben und mit Chilusalz und etwas frisch geriebener Muskatnuss würzen. Zuletzt die Butter unterrühren.

Für die Kartoffelwürfel: Kartoffeln schälen, waschen und in 1/2 bis 1 cm große Würfel schneiden. Die Kartoffelwürfel in Salzwasser mit dem Lorbeerblatt und der Chilischote weich garen. Abgießen, abtropfen und auskühlen lassen und absolut trocken tupfen. Butter in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze zerlassen und langsam erhitzen, bis sie goldbraun ist und ein nussiges Aroma hat. Die Kartoffelwürfel in der braunen Butter bei mittlerer Hitze rundum goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Spinat auf vorgewärmte Teller verteilen, die Safransauce daneben geben und den Kabeljau auf den Spinat setzen. Die Kartoffeln außen herum verteilen.

Alfons Schuhbeck am 15. Februar 2018