

# Konfierter Skrei, Spinat, Beurre blanc, Estragon-Öl

## Für zwei Personen

### Für den Skrei:

250 g Skrei, ohne Haut	2 Knoblauchzehen	2-3 Zweige Rosmarin
250 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

### Für den Spinat:

50 g Babyspinat	1 Knoblauchzehe	1 EL Butter
Salz	Pfeffer	

### Für die Beurre blanc:

2 Zwiebeln	100-150 ml Sahne	Butter
150-200 ml Weißwein	2 EL weißer Balsamicoessig	2 Lorbeerblätter
5 schwarze Pfefferkörner	1 Prise Zucker	Salz, Pfeffer

### Für das Estragon-Öl:

1 Bund Estragon	150-200 ml neutrales Öl
-----------------	-------------------------

### Für die Brösel:

1 Knoblauchzehe	3 EL Pankobrösel	1 EL Butter
-----------------	------------------	-------------

### Für den Skrei:

Den Skrei salzen. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden.

Olivenöl mit Knoblauch und Rosmarin auf 50-60 Grad erhitzen und den Skrei für ca. 10 Minuten hineinlegen. Fisch aus dem Öl nehmen und ggf.

abtupfen. Leicht pfeffern.

### Für den Spinat:

Butter in einer Pfanne aufschäumen. Knoblauch abziehen, fein hacken und zur Butter geben. Spinat putzen, ebenfalls hinzugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

### Für die Beurre blanc:

Zwiebeln abziehen und in Butter glasig braten. Mit Zucker und Salz würzen. Lorbeerblätter und Pfefferkörner hinzugeben und alles mit Weißwein ablöschen. Einreduzieren lassen. Dann Sahne und Balsamico zufügen, kurz köcheln lassen, dann durch ein Sieb passieren. Sauce mit kalter Butter montieren und final mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für das Estragon-Öl:

Estragon und Öl mixen. In einen Topf geben, einmal aufkochen lassen und durch ein Sieb passieren. Dabei das Estragon-Öl auffangen.

Wenn Sie Kräuter übrig haben, schmeißen Sie diese nicht weg, sondern stellen Sie ein Kräuter-Öl her. Geben Sie das Kräuter-Öl in eine saubere Flasche und packen Sie diese mit Alufolie ein. So ist das Öl vor Licht geschützt und behält länger seine grüne Farbe.

### Für die Brösel:

Knoblauch andrücken. Butter in einer Pfanne aufschäumen. Knoblauch und Panko zugeben und die Brösel goldbraun rösten.

Alexander Kumptner am 23. Februar 2024