

# Sardinen-Satés, Koriander-Hollandaise, Romana-Salat

## Für vier Portionen

12 frische Sardinen	Mehl	150 g Tempuramehl
$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma	Salz	250 ml Eiswasser
1 l Rapsöl	2 TL Koriandersamen	1 Schalotte
100 ml Weißwein	2 Eigelbe	200 g Butter, zimmerwarm
$\frac{1}{2}$ Bund Koriandergrün	$\frac{1}{2}$ Zitrone	Pfeffer
1 Romanasalat	2 Orangen	2 Grapefruits
1 rote Zwiebel	1 Zitrone	1 TL Senf
1-2 TL Honig	2-3 EL Olivenöl	

Von den Sardinen den Kopf abdrehen. Mit einem spitzen Messer aufschneiden und die Mittelgräte vorsichtig samt Innereien herausziehen. Die Fische gründlich waschen. Längs auf Holzspieße stecken und im Mehl wenden. Tempuramehl mit einer Prise Salz, Kurkuma und dem Eiswasser verrühren. Das Rapsöl in einer tiefen Edelstahlpfanne auf 160 Grad erhitzen. Die Sardinen durch den Tempurateig ziehen und im heißen Fett goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Koriandersamen in einem Topf ohne Fett anrösten. Schalotte abziehen und klein schneiden. Weißwein, Koriander und Schalotte zusammen aufkochen und zehn Minuten um die Hälfte einkochen. Eigelbe in einer Schlagschüssel verrühren, den Koriandersud durch ein Sieb dazu gießen. Schüssel auf ein heißes Wasserbad stellen und die Eigelbmischung dickschaumig aufschlagen. Vom Herd nehmen und die weiche Butter nach und nach unterschlagen, bis eine dickcremige Hollandaise entstanden ist. Alles mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Koriander abbrausen und fein hacken. Zuletzt unter die Hollandaise rühren.

Den Romanasalat putzen, waschen, trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Orangen und Grapefruits so schälen, dass die gesamte weiße Haut entfernt ist. Die Filets heraustrennen und mit dem Romanasalat in einer Schüssel mischen. Rote Zwiebel abziehen und in dünne Spalten schneiden. Zitrone halbieren und auspressen. Den Saft mit dem Honig, Senf und Olivenöl verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Romanasalat mit den Sardinen-Satés anrichten. Mit der Koriander-Hollandaise servieren.

Johann Lafer am 29. August 2015