

Kabeljau auf Fenchel, Safran-Schaum, Rosmarin-Kartoffeln

Für vier Portionen

700 g Kabeljaufilet, ohne Haut	$\frac{1}{2}$ TL Koriander	$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel
$\frac{1}{2}$ TL Fenchelsamen	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	$\frac{1}{2}$ Bund Rosmarin
2 Knoblauchzehen	2 Schalotten	12 Safranfäden
1 EL Olivenöl	50 ml Weißwein	600 ml Fischfond
100 ml Sahne	500 g Kartoffeln, festk.	2-3 EL Olivenöl
4 Stiele Rosmarin	4 Stiele Thymian	1 Knoblauchknolle, halbiert
30 g Butter	2 Schalotten	1 Fenchelknolle
20 g Butter	1 EL Honig	50 g kalte Butterwürfel
Meersalz	Salz, Pfeffer	

Gewürze, Kräuter, eine Knoblauchzehe und etwas Salz im Mörser zerstoßen. Den Kabeljau damit bestreuen und in einen Vakuumbutel vakuumieren. Ein Wasserbad auf 55 bis 60 Grad erhitzen und den vorbereiteten Fisch darin etwa 20 Minuten garziehen lassen.

Zwei Schalotten schälen und mit der übrigen Knoblauchzehe kleinschneiden. Schalotten, Knoblauch und Safran in einem Esslöffel Olivenöl anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen, Fischfond und Sahne angießen und etwa zehn Minuten köcheln lassen.

Die Kartoffeln waschen, schälen und halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, zwei Stiele Rosmarin, Thymian und den Knoblauch zugeben und die Kartoffeln darin goldbraun und knusprig braten. Den restlichen Rosmarin von den Stielen abstreifen, klein hacken und zuletzt zu den Kartoffeln geben. Die Stiele entfernen. Mit Salz, Pfeffer würzen. Butter zugeben und unterschwenken.

Zwei Schalotten schälen und in dünne Spalten schneiden. Den Fenchel waschen, halbieren, Strunk herausschneiden und die Hälften in Spalten schneiden. Butter und Honig in einer Pfanne erhitzen, Schalotten und Fenchel zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze 5-8 Minuten braten lassen.

Den Safransud in einen schmalen hohen Topf passieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und aufmixen. Die kalten Butterwürfel zugeben und untermixen.

Das Kabeljaufilet aus dem Vakuumbutel nehmen und mit Meersalz würzen. Den Fenchel auf einer Servierplatte verteilen, den Fisch darauf legen und die Kartoffeln dazu legen. Den Safranschaum nochmals aufschäumen und über dem Gericht verteilen.

Johann Lafer am 01. Oktober 2016