

Gebäckene Seezunge mit Meerrettichschaum, Rote-Bete-Kartoffel-Püree und Knoblauch-Brot

Zutaten für 2 Personen

Für die Seezunge:

- 2 Seezungenfilets ohne Haut à 120 g
- 150 g Mehl
- 100 g Stärke
- 1 Ei
- 1 Prise Natron
- Salz
- Pfeffer

Für den Meerrettich-Schaum:

- 1 TL Sahnemeerrettich
- 1 Stange Meerrettich à 3 cm
- 1 Schalotte
- 100 ml Geflügelfond
- 100 ml trockener Weißwein
- 100 ml Sahne
- 25 g Butter
- Salz
- Pfeffer

Für das Püree:

- 2 Knollen vorgegarte Rote Bete
- 300 g mehligkochende Kartoffeln
- 50 g Sahne
- 50 ml Milch
- 150 g Butter
- Muskatnuss
- Salz
- Pfeffer

Für das Brot:

- ½ Baguette
- 4 Knoblauchzehen
- 4 Schalotten
- 100 g Butter

- 1 EL Cognac
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Für das Püree die Kartoffeln schälen, halbieren in einem Topf mit Salzwasser garkochen, abgießen und ausdämpfen lassen. Die Kartoffeln zweimal durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Sahne mit Milch und Butter aufkochen und unter die Kartoffelmasse rühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Rote Bete mit dem Stabmixer pürieren und unter das Kartoffelpüree rühren.

Für den Teig das Ei in eine Schüssel geben und mit 270 ml eiskaltem Wasser schaumig schlagen. Natron, 100 g Mehl und Stärke unterrühren und kräftig aufschlagen.

Den Fisch waschen, trockentupfen, leicht plattklopfen und in Stücke teilen. Mit Salz und Pfeffer würzen, melieren und durch den Backteig ziehen. In einer Fritteuse ca. 3 Minuten goldgelb ausbacken.

Für den Meerrettich-Schaum Schalotten abziehen, fein hacken und in einem Topf mit aufgeschäumter Butter anschwitzen. Weißwein und Fond angießen und reduzieren. Mit Sahne auffüllen und den Meerrettich aus dem Glas einrühren. Etwas frischen Meerrettich reiben. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und geriebenem Meerrettich abschmecken. Durch ein Sieb passieren und mit einem Mixstab zu einem Schaum aufmixen.

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Brot Knoblauch und Schalotten abziehen und fein hacken. Mit der Butter verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Cognac dazugeben. Baguette alle 2 cm einschneiden. Die Knoblauch-Butter in die Zwischenräume streichen, Baguette zusammendrücken und in Alufolie einschlagen. Das Brot ca. 20 Minuten goldbraun backen.

Die Seezunge mit Meerrettichschaum, Rote-Bete-Kartoffel-Püree und Knoblauch-Brot auf Tellern anrichten.

Rezept: Andreas Reuschel

Quelle: Die Küchenschlacht vom 03.04.2017

Episode: Leibgerichte