



Slow Food® Essen

Aschermittwoch 2013

13.02.2013



Rezepte

Bacalao-Salat mit Kartoffeln

Skrei confiert, Dill-Schnittlauchgrauen,
Balsamicosauce

Mascarpone, Gallianobrösel,
Tonkabohne, Schokoraspel

Zubereitung Bacalao secco

Bacalao-Salat mit Kartoffeln

Zutaten

- 500 g Bacalao (Mittelstück)
- Olivenöl zum Begießen

Bacalao-Püree

- 5 EL Olivenöl
- 60 g Schalotten, gewürfelt
- 150 g Kartoffeln, gewürfelt
- ca. 1/3 vom Bacalao, gewässert
- 20 g Pinienkerne, fein gehackt
- 1 Zweig Thymian
- weißer Pfeffer aus der Mühle

Salat

- 200 ml Milch
- Zitronensaft
- Salz
- 100 g ausgelöste dicke Bohnen
- 100 g geräuch. Bauchspeck
- Salz
- weißer Pfeffer aus der Mühle
- Olivenöl zum Braten
- 8 kleine festkochende Kartoffeln

Zubereitung

- Den Bacalao mindestens 2 Tage lang wässern und das Wasser dabei sehr häufig erneuern!
- Gew. Bacalao in ein Gefäß geben, mit Olivenöl begießen, im auf 80° C erwärmten Backofen glasig werden lassen. Abkühlen lassen, Fleisch in Segmente teilen.

Bacalao-Püree

- Schalotten würfeln. Olivenöl erhitzen und die Schalotten darin anbraten, ohne Farbe nehmen zu lassen.
- Kartoffeln, gewässerten Bacalao, Pinienkerne und den Thymianzweig zufügen. Mit Pfeffer und wenig Salz würzen, die Milch angießen und alles weich schmoren.
- Thymianzweig entfernen, alles mit dem Schneebesen zerstampfen und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft abschmecken.

Salat

- Kartoffeln kochen, heiß pellen und abgekühlt der Länge nach vierteln, in Olivenöl rundherum goldgelb anbraten, salzen und pfeffern.
- Bohnen in Salzwasser blanchieren. Abschrecken, die Kerne aus den Häuten lösen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Speck in dünne Scheiben schneiden und in wenig Öl kross ausbraten.

Vinaigrette

- Für die Vinaigrette alle Zutaten gut verrühren

Fertigstellung

- Bacalao-Püree auf Teller verteilen.
- Bacalao-Stücke (Segmente) mit Kartoffeln, Bohnen und Speck darauf verteilen.
- Vinaigrette darauf und rundherum verteilen.
- Mit Rosmarin, Sellerblättchen und grob geschrotetem Pfeffer bestreuen, lauwarm servieren.

Zitronen-Olivenöl-Vinaigrette

- 2 EL Zitronensaft
- 3 EL warmes Wasser
- weißer Pfeffer aus der Mühle
- Salz
- 5 EL Olivenöl

Garnierung

- kleine Rosmarinzweige
- Staudensellerieblättchen
- Pfeffermischung (Rot, Weiß, Schwarz), grob geschrotet



Skrei confiert , Dill-Schnittlauchgrauen, Balsamicosauce

Zutaten

- 600 g Skrei (Mittelstück)
- Salz
- 0,1 l Olivenöl zum Begießen

Dill-Schnittlauchpesto

- 1 Bund Dill
- 1 Bund Schnittlauch
- 5 g Meersalz
- 150 ml Olivenöl
- 30 g Parmesan, frisch gerieben
- 30 g Pinienkerne

Dill-Schnittlauchgrauen

- 200 g Grauen, klein
- 400 ml Geflügelbrühe
- Salz, Pfeffer
- 1 Salatgurke
- Dill-Schnittlauchpesto s. o.

Balsamicosauce

- 2 Schalotten
- 20 g Butter
- 50 ml trockener Weißwein
- 2 ml Limonensaft
- Limonenabrieb
- 50 ml Wermut (Nolly Prat)
- 100 ml Fischfond
- 100 ml Sahne
- 1 Zweig Estragon
- 1 Stängel Kerbel
- 1 Stängel Dill
- 2 Lorbeerblätter
- 20 ml heller Balsamico-Essig
- 20 g kalte Butter
- Salz
- Cayennepfeffer

Zubereitung

Dill-Schnittlauchpesto

- Alle Zutaten fein hacken und zusammengeben, danach fein mixen.
- Vom Dill-Schnittlauchpesto das abgestandene Öl abnehmen, für die Garnitur beiseitestellen.

Dill-Schnittlauchgrauen

- Grauen in Geflügelbrühe kochen, mit Salz und Pfeffer würzen.
- Gurken schälen, entkernen, fein würfeln, dann zu den gegarten Grauen geben.
- **Kurz vor dem Anrichten:** Das Dill-Schnittlauch-Pesto unter die Grauen mischen.



Balsamicosauce

- Schalotten schälen, in Streifen schneiden und in Butter glasieren.
- Mit Weißwein ablöschen, danach die restlichen Zutaten dazugeben (*Ausnahme: Butter, Salz, Cayennepfeffer*).
- Aufkochen und auf die Hälfte reduzieren, durch ein Sieb passieren.
- **Kurz vor dem Anrichten:** Mit der restlichen kalten Butter schaumig aufmixen, mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.
- Alle Zutaten fein hacken und zusammengeben, danach fein mixen.
- Vom Dill-Schnittlauchpesto das abgestandene Öl abnehmen, für die Garnitur beiseitestellen.

Anrichten

- Dill-Schnittlauchgrauen auf einem Teller anrichten.
- Skreisegmente darauf anrichten.
- Die Balsamicosauce angießen.
- Dill-Schnittlauchöl in Tropfen außen herum drapieren.

Mascarpone, Mango, Tonkabohne, Gallianobrösel, Schokoraspel

Zutaten:

- 250 g Mascarpone
- 1 Mango, vollreif (!)
- 2 EL Vanillezucker
- 8 EL Milch
- ½ Tafel Schokolade 70%
- 0,1 Liter Galliano-Likör
(wenn notwendig, noch etwas mehr dazu geben)
- 100 g Löffelbiskuit
- 1 Tonkabohne



Zubereitung:

- Löffelbiskuit zerbröseln, mit dem Galliano tränken
- Mango schälen und zerkleinern, mit Zucker und Mascarpone verrühren.
- Milch in ein kleines Gefäß geben, die Tonkabohne hineinreiben, die Milch dann vorsichtig erhitzen, vom Herd nehmen und 10 Minuten ruhen lassen.
- Die gewürzte Milch durch ein feines Sieb zur Mascarponecreme zufügen, um sie cremiger werden zu lassen, unterrühren.
- Schokolade auf der Reibe raspeln.
- Biskuitmasse in ein Glas (Schälchen ...) geben, darauf die Mascarponecreme.
- Zuoberst gut mit Schokoladenraspeln bestreuen.
- Im Kühlschrank durchziehen lassen.

Anmerkung:

- *Galliano* ist ein traditioneller italienischer Kräuterlikör mit Vanille

Zubereitung: Bacalao secco

- Den gesalzenen Stockfisch rechtzeitig einkaufen, (er ist in seinem Zustand unbegrenzt haltbar) aber mindestens 2 Tage vor Zubereitung, denn er muss 48 Stunden gewässert werden. Das Fischstück in ein ausreichend großes Gefäß, mit der Haut nach oben legen, es mit frischem Wasser füllen, so dass der Fisch ganz bedeckt ist. Ein Küchentuch darüber oder Deckel darüberlegen.
- Von jetzt ab bis zur Zubereitung alle 6-7 Stunden das Wasser erneuern, jedesmal auch das Gefäß ausspülen, damit kein abgesetztes Salz zurückbleibt. Nach 48 Stunden erhält ein wunderschönes, weißes, dickes Stück Bacalao zur Weiterverarbeitung in der Hand. Gut abtrocknen.
- Nachdem der Bacalao seine 48 Stunden im Wasserbad (übrigens im Kühlschrank) hinter sich hat, trennt man mit einem sehr scharfen, großen Messer die beiden Filets von den Gräten und der Haut. Wenn man es sorgfältig macht, bleibt keine einzige Gräte am Filet. Man schneidet nun jedes Filet noch mal durch. Die übrigen Fischabschnitte kann man für Fond für die Sauce einsetzen.