

Fischfilet mit Spargel auf Kernölhollandaise



Hauptspeise
Rezeptart



50 Minuten
Zubereitung



mittel
Schwierigkeit



Zutaten für 4 Portionen

Fisch und Spargel:

8 Fischfiletstücke à 100 g je nach Angebot (entgrätet)
Zitronensalz
Öl zum Braten
24 Stück Spargel (weiß und grün)
Butter zum Glasieren
Salz

Kernölhollandaise:

100 g Butter
4 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
2-4 EL Spargelfond od. Gemüsesuppe
2 Eidotter
Zitronensaft
Salz, Pfeffer a. d. Mühle
1 EL Estragon, frisch gehackt

Blanchierte Radieschen:

16 Radieschen (je nach Größe) geviertelt und kurz in Salzwasser blanchiert
50 ml Rohnensaftreduktion aus 200 ml Rohnensaft
1 TL Butter
Radieschengrün zum Garnieren

Zubereitung

Fischfilet beidseitig mit Zitronensalz würzen und bei mäßiger Hitze auf der Hautseite langsam braten.

Spargel schälen (weißen Spargel bis zur Spitze, grünen Spargel nur letztes Drittel) und in Salzwasser ca. 3 Minuten kochen. Halbierter Spargel in einer Pfanne mit Butter glacieren und salzen.

Für die Kernölhollandaise Butter schmelzen und auf ca. 40 °C erwärmen. Eidotter, Fonds, Salz und Zitronensaft über Dampf sehr schaumig schlagen. Warme Butter und Kernöl unter ständigem Rühren langsam einfließen lassen, zu einer sämigen, dicklichen Sauce schlagen, mit Pfeffer und Estragon abschmecken. Die Konsistenz kann durch die Zugabe von flüssiger Butter oder Fond korrigiert werden (sämige Konsistenz bevorzugt).

Die blanchierten Radieschen in der Rohnensaftreduktion erwärmen und zum Schluss Butter für den Glanz beimengen.

Beim Anrichten den Fisch in die Mitte des Tellers setzen, Spargel rundherum legen, mit der Hollandaise und den Radieschen vollenden. Nach Belieben mit frischen Kräutern, Sprossen und Radieschenblättern garnieren.

Rezept von Lorenz Kumpusch (www.gaumengut.at) / Foto: Stefan Kristoferitsch