

Rezept für Saibling mit Kohlrabisalat und Risotto

von Robin Pietsch für MDR um 4

Zutaten für 4 Personen:

- 800 g Saiblingsfilets
- 2 EL Rapsöl
- ½ TL Butter
- Salz

- 400 g Kohlrabi
- 100 ml Aceto Balsamico bianco
- 1 TL Dijon-Senf
- 200 ml Sonnenblumenöl
- 50 g Zucker
- Salz, Pfeffer

- Frühlingszwiebeln
- 1 Schalotte
- 2 EL Rapsöl
- 200 g Risottoreis
- 500 ml helle Fleischbrühe
- 50 ml Weißwein
- 25 g kalte Butter
- 50 g Parmesan
- Salz, Pfeffer
- ½ Bund Kerbel

Zubereitung

Salatdressing

Essig mit Senf in einen hohen Rührbecher geben. Auf niedriger Stufe mit dem Pürierstab vermischen. Dann bei höherer Mix-Stufe das Öl langsam im feinen Strahl einfließen lassen, damit eine glatte Flüssigkeit entsteht. Dressing mit Salz und Pfeffer und Zucker abschmecken.

Kohlrabisalat

Kohlrabi waschen, putzen, schälen und in dünne Scheiben hobeln. In eine Schüssel geben. Kurz vor dem Anrichten den Kohlrabi mit der Vinaigrette anmachen.

Risotto

Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden, Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Öl in einem Topf erhitzen, Schalotte und Frühlingszwiebel darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Reis zugeben und unter Rühren 2 Minuten mitdünsten.

Inzwischen Brühe aufkochen. Reis mit Wein ablöschen und einreduzieren lassen, Reis unter Rühren mit dem Fond nach und nach auffüllen, ca. 20 Minuten köcheln lassen. Wenn der Reis noch leichten Biss hat, Butter und Parmesan unterrühren. Risotto salzen und pfeffern.

Fisch

Saibling salzen. Öl in einer Pfanne erhitzen, Fisch auf der Hautseite darin kross braten. Butter dazugeben, Fisch wenden und gar ziehen lassen.

Anrichten: Risotto auf die Teller verteilen, mit gezupftem Kerbel garnieren, den Saibling daraufsetzen und Kohlrabi-Salat servieren.

Schmecken lassen!