

Steinbutt mit "Capuns Sursilvans"

Kategorie: Fisch/Meeresfrüchte

Rezept Nr.: 217

Portionen: 4

Zutaten	Mengen		Bemerkungen
Kohlrabi	30	Gramm	in Streifen geschnitten
Sellerie	30	Gramm	in Streifen geschnitten
Basilikum	0		etwas, gehackt
Brühe	0,1	Liter	
Bündner Fleisch	50	mm	
Butter	10	Gramm	
Eier	3	Stück	
Karotten	30	Gramm	in Streifen geschnitten
Magerspeck	50	Gramm	
Mangoldblätter	40	Stück	
Milchwasser	0,14	Liter	je 50%
Petersilie	0,5	EL	gehackt
Rosmarin	0		etwas, gehackt
Sahne	0,1	Liter	
Salsiz (Bündner Dauerwurst)	50	Gramm	
Schnittlauch	1	TL	gehackt
Steinbuttfilets	750	Gramm	
Tomaten	40	Gramm	gewürfelt
Weißbrot	100	Gramm	
Mehl	300	Gramm	
Zitrone	1	Stück	
Zwiebel	1	Stück	mittel

Zubereitung

Für die Capuns:

1. Aus Mehl, Wasser, Eiern, Milchwasser und Salz einen festen Spätzleteig herstellen. So lange mit der Holzkelle schlagen bis Blasen aufsteigen. Dann den Teig ca. 30 Min. ruhen lassen.
2. Speck, Salz, Bündnerfleisch und Weißbrot in kleine Würfel schneiden, Zwiebel fein hacken und alles mit den Kräutern in Butter anschwitzen. Abkühlen lassen und dann unter die Spätzlemasse mischen.
3. Die Mangoldblätter in heißem Wasser blanchieren (nicht kochen lassen), herausnehmen, die Rippen entfernen und auf einem trockenen Tuch ausbreiten.
4. Mit einem Kaffeelöffel Teig abstechen und in die Mangoldblätter rollen. Die Päckchen in einem Hauch Butter anbraten, mit Brühe ablöschen und die Sahne zugeben und ungefähr 5 Min. leicht köcheln lassen.

Für den Steinbutt:

5. Die Filets mit Salz, Pfeffer und Zitrone würzen und in Öl á point braten. Gemüsestreifen und Tomatenwürfel in Butter leicht dünsten.

Anrichten:

Capuns und Steinbutt auf die Teller verteilen. Die Capuns mit den Gemüsestreifen belegen und mit der aufgeschäumten Capunssauce nappieren.

Wein: Fendant, Pinot blanc aus dem Elsaß, Weißburgunder aus Baden.



Notizen
