



WALLER IM WURZELSUD

Zutaten für 4 Personen

Zubereitung

Am Vortag Zwiebeln schälen und in sehr dünne Ringe schneiden. Karotte und Sellerie putzen, schälen und beides in feine Streifen schneiden. Den Puderzucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren und das Gemüse darin andünsten. Brühe dazugießen. Lorbeerblatt, Wacholder, Piment-, Senf- und Pfefferkörner in einen Einwegteebeutel füllen, verschließen und dazugeben. Alles aufkochen und knapp unter dem Siedepunkt etwa 10 Minuten ziehen lassen.

Anschließend Zitronenschale, Ingwer, Knoblauch und Essig hinzufügen, den Sud mit Salz und Zucker würzen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Die Wallerfilets waschen, trocken tupfen, nebeneinander in eine Auflaufform legen und den abgekühlten Sud darübergießen. Die Fischfilets zugedeckt im Kühlschrank über Nacht durchziehen lassen.

Am nächsten Tag die Fischfilets herausnehmen und beiseitestellen. Den Sud durch ein Sieb gießen und auffangen, dabei den Einwegteebeutel entfernen und die Gemüsestreifen beiseitestellen.

Den Sud in einem breiten Topf einmal aufkochen und den aufsteigenden Schaum abnehmen. In einem hohen Rührbecher 200 ml Sud mit Meerrettich und Butter mit dem Stabmixer verrühren und die Sauce mit Chilisalz abschmecken.

Den Topf mit dem restlichen heißen Sud vom Herd nehmen und die Wallerfilets darin in der Nachhitze des Topfes 6 bis 8 Minuten gar ziehen lassen. Die Gemüsestreifen in einer Pfanne erwärmen.

Zum Servieren die Wallerfilets mit den Gemüsestreifen auf vorgewärmte tiefe Teller verteilen. Die Sauce nochmals mit dem Stabmixer aufschäumen und darüberträufeln. Den Meerrettich frisch darüberreiben und zuletzt alles mit Schnittlauch bestreuen.

Tipp

Dazu passen kleine festkochende Kartoffeln (z.B. Drillinge), die man zuvor geschält in Salzwasser mit 1 TL gemahlener Kurkuma sowie 1 Lorbeerblatt, 1 Scheibe Knoblauch und 1 kleinen getrockneten roten Chilischote weich gegart hat.

Waller

- 2 Zwiebeln
- 1 Karotte
- 150 g Knollensellerie
- 1 EL Puderzucker
- ¾ l Gemüsebrühe
- 1 Lorbeerblatt
- 5 Wacholderbeeren
- 5 Pimentkörner
- ¾ TL gelbe Senfkörner
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 1 Streifen unbehandelte Zitronenschale
- 4 Scheiben Ingwer
- 2 Knoblauchzehen (halbiert)
- 150 ml Rotweinessig
- Salz
- 2 TL Zucker
- 4 Wallerfilets
(à ca. 120 g; ohne Haut und Gräten)
- 1 EL Meerrettich (aus dem Glas)
- 2 EL Butter
- mildes Chilisalz
- 1 kleines Stück Meerrettichwurzel
(geschält)
- 1 EL Schnittlauchröllchen

Unsere Weinempfehlungen

ERBEN® Grauburgunder
trocken

oder

ERBEN® Dornfelder Rosé
halbtrocken

