

REZEPTE

Köstliche Osterrezepte mit Bad Reichenhaller Salzblüten – dem „Fleur de Sel der Alpen“

Hauptgang:

Gratinierter Kabeljau auf Couscous Perlen

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten (für 4 Personen):

1/4 Bund Kräuter für Frankfurter grüne Soße
100 ml Sonnenblumenöl
1 Prise Chiliflocken
2 Schalotten
750 g bunte Möhren (z. B. gelb, orange und lila)
2 Knoblauchzehen
4 Kabeljaufilets mit Haut (à ca. 200 g)
2 EL Zitronensaft
2 EL Butterschmalz
300 g Couscous Perlen (auch Perlennudeln oder Ptitim)
Bad Reichenhaller Salzblüten
weißer Pfeffer
2 EL Panko (oder Semmelbrösel)
2 EL Butter
100 ml Mineralwasser
100 ml trockener Weißwein
1 TL mittelscharfer Senf
½ Bund Lauchzwiebeln
8 Stiele Dill
15 g Kapern (Glas)
Bio-Zitronenspalten zum Garnieren
Basiliukumblättchen zum Garnieren
Backpapier



Zubereitung

Kräuter waschen, grob hacken und in einen Mixbecher geben. Sonnenblumenöl und Chiliflocken zugeben, mit einem Stabmixer fein pürieren. Schalotten schälen und fein würfeln. Möhren schälen, waschen und schräg in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Fischfilets abspülen und trocken tupfen.



Hautseite mehrmals leicht einschneiden. Fleischseite mit Zitronensaft beträufeln. Backofen vorheizen (E-Herd: 180 °C/ Umluft: 160 °C). Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Fischfilets darin erst auf der Hautseite ca. 2 Minuten anbraten. Dann wenden, Knoblauch und $\frac{3}{4}$ der Schalotten zufügen, weitere ca. 2 Minuten anbraten.

Inzwischen Couscous Perlen in Salzwasser geben und aufkochen. Ohne Deckel ca. 12 Minuten köcheln. Fischfilets mit Salzblüten und Pfeffer würzen. Aus der Pfanne nehmen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Fischfilets mit Panko bestreuen, je 1 EL Kräuteröl darauf geben und im Backofen ca. 10 Minuten gratinieren.

Inzwischen 1 EL Butter in einem großen Topf erhitzen. Restliche Schalotten und Möhren zufügen, ca. 2 Minuten andünsten. Mit Salzblüten würzen. Mit Mineralwasser und Weißwein ablöschen. Senf unterrühren, aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln. Restliche Butter in Flöckchen unterrühren.

Couscous Perlen abgießen. Lauchzwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Dill waschen und fein schneiden. Kapern fein hacken. Dill, bis auf etwas zum Bestreuen, und Kapern unter die Couscous Perlen heben. Fisch aus dem Ofen nehmen. Couscous Perlen mit Gemüse und Kabeljau anrichten. Mit Lauchzwiebeln und restlichem Dill bestreuen. Mit Zitronenspalten und Basilikumblättchen garnieren.

Tipp: Alternativ zu Kabeljau kann auch Lachs verwendet werden.

Dessert:

Weißer Schokomousse auf Rhabarber

Zubereitungszeit: 50 Minuten

Wartezeit: mindestens 120 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten (für 4-6 Personen):

600 g Rhabarber

1 Vanilleschote

140 g Zucker

2 EL Zitronensaft

75 g weiße Schokolade

325 g Schlagsahne

50 g gehackte Pistazien

Bad Reichenhaller Salzblüten

1 ½ EL Speisestärke

250 g Magerquark

4 Erdbeeren

Minzblättchen zum Verzieren

Backpapier



Zubereitung

Rhabarber waschen, putzen und in Würfel schneiden. Vanilleschote längs halbieren, Mark herauskratzen. Rhabarber, Vanillemark und -schote, 50 g Zucker und Zitronensaft in einem Topf mischen. Ca. 20 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Schokolade grob hacken. 75 g Schlagsahne und Schokolade in einem Topf bei schwacher Hitze unter Rühren schmelzen, von der Herdplatte nehmen. In eine kleine Schüssel geben und auskühlen lassen.

40 g Zucker und 3 EL Wasser in einer Pfanne ca. 5 Minuten aufkochen und karamellisieren lassen. Pistazien zugeben, untermengen und kurz bei schwacher bis mittlerer Hitze karamellisieren lassen. Auf ein Stück Backpapier geben, mit ½ TL Salzblüten bestreuen, glattstreichen und auskühlen lassen.



Marinierten Rhabarber aufkochen und 3–4 Minuten köcheln. Stärke und 3 EL Wasser glattrühren. Zum Rhabarber geben, unterrühren und ca. 1 Minute köcheln. In eine Schüssel füllen, Vanilleschote entnehmen und ca. 2 Stunden auskühlen lassen.

Schokoladenganache, Magerquark und restlichen Zucker verrühren. Restliche Schlagsahne mit den Schneebesen des Rührgerätes steif schlagen und portionsweise unter den Schokoladen-Quark heben. Rhabarber und Schokomousse in 4-6 Dessertgläser (à ca. 375 ml) schichten. Karamellisierte Pistazien grob hacken. Erdbeeren waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Weiße Schokomousse auf Rhabarber mit Erdbeeren und Minzblättchen verzieren. Mit Pistazien und etwas Salzblüten bestreuen.