



hr1-DOLCE VITA

Kevin Gedike

Gebeizter Lachs mit Mango-Gurken-Cappellini , kandiertem Ingwer und Koriander

für 4 Personen, Zeitbedarf (gesamt): 1 Stunde + 8 Stunden beizen, pro Portion c. 590 kcal

ZUTATEN:

Gebeizter Lachs:

3 saftige Bio-Orangen
1 Bio-Limette
1 Stängel Dill
1 EL Fenchelsamen
1 Sternanis
4 Pimentkörner
8 weiße Pfefferkörner
65 g Salz
130 g Zucker
2 cl Limoncello
500 g Lachsfilet (aus der Mitte geschnitten,
ca. 2-2,5 cm dick, mit Haut)
½ Bund Koriandergrün

Außerdem:

Spiralschneider für Capellini (s. Info)

Kandierter Ingwer:

1 Stück Ingwer (7-8 cm lang)
75 ml Grenadinesirup
2 cl Sake
1 Prise Zucker

Mango-Gurken-Capellini:

2 Frühlingszwiebeln
1 Stück Ingwer (2 cm lang)
½ Bund Koriandergrün
1 rote Chili
1 EL Sesam
Saft von 1 Limette
1 EL helle Sojasauce
1 TL geröstetes Sesamöl
½ TL Honig
1 Bio-Salatgurke
½ Mango

ZUBEREITUNG

Gebeizter Lachs:

Die Orangen und die Limette heiß waschen und abtrocknen. ½ Orange in Scheiben schneiden und zur Seite legen, aus den restlichen Orangen den Saft auspressen. Die Schale der Limette fein abreiben. Den Dill abrausen, trocken schütteln und grob hacken. Fenchelsamen, Sternanis, Piment- und Pfefferkörner in einer Pfanne kurz anrösten, dann in einem Mörser grob zerstoßen. Mit Orangensaft, Limettenschale und Dill sowie Salz Zucker und Limoncello vermischen. Die Beize in einer großen flachen Form verteilen. Das Lachsfilet mit Küchenpapier trocken tupfen, falls nötig von eventuellen Gräten befreien. Lachsfilet mit der Fleischseite nach unten in die Form legen, abdecken und für ca. 4 Stunden in den Kühlschrank stellen und beizen. Dann das Lachsfilet wenden und mit der Hautseite nach unten in die Form legen. Die Orangenscheiben dicht auf der Fleischseite verteilen. Den Lachs abgedeckt weitere 4 Stunden im Kühlschrank beizen. Anschließend das Lachsfilet aus der Form nehmen



hr1-DOLCE VITA

und gründlich von der Beize befreien. Das Koriandergrün abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Den Koriander auf der Fleischseite des Filets verteilen und gut andrücken. Das Lachsfilet straff mit Frischhaltefolie umwickeln und bis zum Servieren kalt stellen.

Kandierter Ingwer:

Den Ingwer schälen und in möglichst kleine Würfel schneiden. Mit 150 ml Wasser, dem Grenadinesirup dem Sake und dem Zucker in einen kleinen Topf geben und zum Kochen bringen. Dann die Temperatur reduzieren und alles bei kleiner Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis der Ingwer sich rot gefärbt hat, das Wasser verdampft und eine sirupartige Konsistenz entstanden ist. Topf vom Herd ziehen und den Ingwer auskühlen lassen.

Mango-Gurken-Capellini:

Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Den Ingwer schälen und fein reiben (besonders gut geht das mit einer Ingwerreibe). Das Koriandergrün abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und hacken. Die Chili waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Die Hälften fein hacken. Den Sesam in einer Pfanne goldbraun rösten. Alles mit Limettensaft, Sojasauce, Sesamöl und Honig in einer großen Schüssel zu einer Marinade vermischen.

Die Salatgurke waschen und die Enden abschneiden. Die Gurke mit einem Spiralschneider (ersatzweise kann man auch einen Gemüsehobel mit entsprechendem Aufsatz oder einen Julienneschneider verwenden) zu dünnen Gurken-Capellini schneiden. Die Mango schälen und das Fruchtfleisch in möglichst großen Stücken vom Kern schneiden, dann in sehr feine Streifen schneiden. Die Gurken-Capellini und die Mangostreifen in die Schüssel geben und ganz vorsichtig mit der Koriander-Ingwer-Marinade vermengen.

Anrichten:

Den gebeizten Lachs mit einem scharfen Lachsmesser schräg in möglichst dünnen Scheiben von der Haut schneiden. Die Mango-Gurken-Capellini in vier Portionen teilen und jede Portion mit einer großen langen Pinzette oder einer Gabel u einer Art Nest aufwickeln. Die Capellini-Nester auf vier (UFO)-Teller verteilen. Auf jedes Nest 2-3 Lachsscheiben setzen, die vorher wie zu einer Spirale verdreht wurden. Den kandierten Ingwer mit ein wenig Sirup um die Mango-Gurken-Capellini und Lachs herum verteilen. Und auch etwas Ingwer auf den Lachs träufeln.



hr1-DOLCE VITA

Ausschlaggebend für die Einzigartigkeit dieses Gerichtes sind vor allem die Geschmacksrichtungen süß, sauer, salzig, scharf und umami die durch kräftige, aromaintensive Zutaten erreicht werden: Kräuter-Gewürze-Beize mit Limoncello und Zitrusfrüchten, Mango, Ingwer, Chili, Grenadinesirup, Sojasauce, ... Paart man das Ganze mit der zarten Konsistenz des Lachses und dem knackigen Biss der Gurken-Capellini, zaubert man eine wahrhaft gelungene Food-Kombination auf den Teller.

Info: Mithilfe eines Spiralschneiders lässt sich festes Gemüse und Obst ganz einfach in feine Spiralen oder auch Streifen schneiden. Größere Modelle sind zwar etwas teurer, besitzen dafür aber eine praktische Drehkurbel oder sogar einen elektrisch betriebenen Motor. Das ist perfekt, wenn man öfters größere Mengen Gemüsenudeln zubereitet. Für kleinere Portionen reicht aber ein manueller Spiralschneider ohne Kurbel, der zudem auch weniger kostet, völlig aus.

Rezept aus dem Buch:

Kevin Gedike

Geniale Kombinationen

Gräfe und Unzer Verlag GmbH

ISBN 978-3-8338-7767-4