

Capesante gratinate

(überbackene Jakobsmuscheln)

8 Jakobsmuscheln
100g Butter
2 Zitronen
1 TL Kapern
1/2 Bund glatte Petersilie
2 EL g frisch geriebener Parmesan
4-5 EL Semmelbrösel
etwas Weißwein
1 Knoblauchzehe
Pfeffer

Die Jakobsmuscheln mgl. frisch kaufen und vom Corail befreien. Trockentupfen. Salzen und in der zerlassenen Butter von beiden Seiten je 2 Min braten. Beiseite stellen.

Die Kapern und die Petersilie ganz fein wiegen, den Knoblauch pressen oder ganz fein hacken, den Parmesan reiben, alles mit den Semmelbröseln in einer Schüssel mischen. Den Saft einer halben Zitrone untermischen, ebenso den Weißwein; soviel Olivenöl einrühren dass man eine pastöse Konsistenz erreicht. Die Jakobsmuscheln entweder in die tiefe Hälfte ihrer eigenen Schale oder in kleine Förmchen auf Olivenöl setzen, mit der Paste bestreichen und nochmals mit etwas Olivenöl beträufeln. Für ca. 5-6 min unter den vor geheizten Grill. 250 Grad.

Ragù di pesce misto alla crema di zafferano

Fischragout in Safrancreme

Je 300g Seeteufel, Lachs und Steinbeißer oder Viktoriabarsch

Butter

Mehl

1/8l Weisswein

1/4l Sahne

Muskat

Fischfond

Salz, Pfeffer evtl etwas Gemüsewürzpulver

Zitronensaft

0,3g Safranpulver

Die Fische putzen und in 1,5cm große Würfel schneiden. Aus Butter und Mehl eine Schwitze herstellen, die aber hell bleiben soll, mit Wein ablöschen. Fischfond und Sahne zugeben, würzen und etwas einkochen lassen. Nach ca. 10 min die Fischwürfel zugeben und in der Sauce garziehen lassen. Ganz zum Schluss den Safran einrühren.

Orata in camicia di patate

Dorade im Kartoffelhemd

4 Doradenfilets
2 kleine festkochende Kartoffeln (Hörnla)
Salz Pfeffer
2 EL Butter

Die Doradenfilets falls nötig entgräten (ist in der Regel nie gut gemacht vom Händler) salzen und pfeffern.

Die Butter schmelzen; die Kartoffeln schälen und quer in dünne Scheiben hobeln. (Sie bilden dann das „Schuppenhemd“).

Die Filets auf der Nishthautseite durch die Butter ziehen und mit dieser nach oben auf eine flache Platte legen. Die Kartoffelscheiben einzeln durch die Butter ziehen und wie Fischschuppen auf die Filets „kleben“ zum Schwanzende sollten die Schuppen immer kleiner werden. Kalt stellen, damit die Butter fest wird und somit das Schuppenkleid klebt.

Öl in einer ausreichend großen Pfanne erhitzen und mit Hilfe eines Kuchentellers und einer Palette die Filets nacheinander mit der Kartoffelseite zuerst in die heiße Pfanne stürzen Hitze runterschalten und auf der Kartoffelseite 3 und der Hautseite 2 min braten. Zum umdrehen den breitesten Wender nehmen den Ihr habt und aufpassen dass Ihr nicht unter die Schuppen fahrt damit.

Ist ein bisschen fisselig, aber macht echt was her und der Fisch bleibt sehr saftig.

Torta con salmone e mele

Lachskuchen mit Äpfeln

250g Mehl
125 ml Wasser
1 EL Trockenhefe
Salz
Olivenöl
150 g sehr guter Räucherlachs
1 Becher Creme fraiche (oder s. o.)
1 Boskop oder anderer saurer Apfel
1 Knoblauchzehe
2 Zwiebeln

Hefeteig herstellen und gehen lassen.

Den Lachs in grobe Stücke zupfen, den Apfel in feinere Streifen schneiden, die Zwiebel hobeln und den Knoblauch grob hacken.

Den Teig dünn ausrollen und auf ein Blech legen, die Creme gleichmäßig drauf streichen und salzen, die anderen Zutaten gleichmäßig verteilen, am Schluß mit Öl beträufeln und bei 280 Grad 10 min backen.

Pasta di farina di ceci

Teig aus Kichererbsenmehl

200 g Kichererbsenmehl (asiatisches Feinkostgeschäft)
1 EL Ducca (arabisches Fischgewürz) bspws von Ingo Holland
(aromatische Gewürze wie Curry oder Ingwerpulver nach Geschmack)
Zitronenschale
1 Tl Salz , Pfeffer
Wasser, Zitronensaft, Weisswein

Das Mehl und die Gewürze mischen und mit den Flüssigkeiten zu einem glatten dickflüssigen Teig rühren.

Hiermit kann man jetzt vom Salbeiblatt bis zum Fisch alles überziehen und frittieren.

Salsa per pesce

(Fischsauce)

1 Bund glatte Petersilie fein gehackt (krause ist ein sehr schlechter Ersatz!!)
2 Knoblauchzehen fein gehackt
Schale von einer (mgl. sizilianischen) Zitrone
Saft von einer halben Zitrone (s.o.)
Kräftiges Olivenöl ca. 1/8 l
Salz und Pfeffer

Alle trockenen Zutaten gründlich vermischen, dann den Zitronensaft und zuletzt das Olivenöl unterschlagen. Ein süditalienischer Klassiker.

Avocadodip

1 reife Avocado
1 Knoblauchzehe fein gehackt
Zitronensaft
2 El Crème fraîche (oder Ricotta falls es italienisch bleiben soll)
Salz und Pfeffer

Die Avocado schälen und in grobe Stücke hacken. Alle anderen Zutaten dazugeben und mit dem Handrührgerät glatt rühren.

Carpaccio di barbabietola con tartar di salmerino di fontana

(Rote Bete Carpaccio mit Bachsaiblingstatar)

1 mittelgroße rote Bete
1 Bachsaiblingsfilet
Frühlingszwiebeln
1 Tl Kapern in Salz
Weissweinessig
Gutes Olivenöl
Salz, Pfeffer
Fleur de Sel oder anderes sehr gutes Salz
Zitronenschale und Saft

Die rote Bete schälen und roh in hauchdünne Scheiben hobeln, auf Tellern ausbreiten. Aus Essig Öl Salz und Pfeffer eine Vinaigrette bereiten und die Scheiben damit marinieren.

Den Bachsaibling häuten, entgräten und in feinste Stücke hacken.

Die Frühlingszwiebeln und die Kapern ebenfalls sehr fein hacken, die Zitronenschale fein abreiben und eine Hälfte auspressen und mit Pfeffer, Fleur de Sel und etwas Olivenöl unter das Tartar mischen.

Auf den rote Bete Scheiben gefällig anrichten und servieren

Mayonnaise come base

(Mayonnaise als Grundrezept)

1 Ei friiiiiisch natürlich
1 EL scharfer Senf
1 TL Essig oder Zitronensaft
Salz und Pfeffer
1/4 l Öl

Die Herstellung einer guten Mayonnaise ist sehr einfach und es liegen Welten zwischen ihr und der Fertigware!! Ich bevorzuge bis auf wenige Ausnahmen Sonnenblumen- oder Rapsöl zur Herstellung, da Olivenöl zu kräftig ja manchmal sogar etwas bitter erscheint.

Bis auf das Öl alle Zutaten in den Becher des Stabmixers geben. Das Öl darauf schütten (- grundsätzlich gilt je mehr Öl desto fest - also nicht gleich alles reinschütten)

Den Stabmixer im ausgeschalteten Zustand auf dem Boden des Bechers aufsetzen, einschalten und langsam nach oben ziehen. Ecco - Mayonnaise!

Würzen kann man jetzt noch wie man möchte.

Kapernmayonnaise wird es indem man 2 EL Kapern und 1 Sardelle in Öl mit in die Grundmasse gibt:

1 Ei
ca. 1/4l Sonnenblumenöl
1 EL guter scharfer Senf
Zitronensaft
1 Sardellenfilet
2 gehäufte EL Kapern
Schwarzer Pfeffer

Matjeshäppchen

4 festkochende längliche Kartoffeln (Hörnla oder les Rattes)

Kapernmayonnaise (s.o.)

2 Matjesfilets

Cornichons oder Kapern z. Deko

Die Kartoffeln in der Schale kochen, halbieren auskühlen lassen.

Den Matjes in zu den Kartoffelhälften passende Stücke schneiden

Die Mayonnaise auf die Kartoffeln streichen und je ein Matjesstück darauflegen.

Mit Cornichons oder Kapern garnieren.