

Karpfenstreifen "pur Natur" aus dem Moorhofgebiet, grüne Currysauce, geschmolzene Tomaten, Reis-Kartoffelplätzchen (Rezept für 4 Personen)

Zutaten für den Karpfen:

600g Karpfenfilet
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer zum Würzen

Zutaten für die grüne Currysauce:

350 ml Fischfond
2 EL Olivenöl
20 g Zwiebelwürfel
1 TL grünen Curry (Gewürzmischung - "normal" ist der Curry gelb: das liegt am Kurkuma (Gelbwurz, Ingwerähnlich), der ein Hauptbestandteil dieser Gewürzmischung ist. Beim grünen Curry fehlt er, dafür sind getrocknete grüne Paprika, Grünteublätter und Bockshornklee verarbeitet worden!
40 g Mehlbutter (Mehl und Butter 1:1 verkneten, auf Vorrat im Kühlschrank aufheben)
Salz, schwarze Pfefferkörner

Zutaten für die geschmolzenen Tomaten:

12 kleine Strauchtomaten
20 g frisch geriebenen Parmesan, Salz, Pfeffer

Zutaten für die Reis-Kartoffelplätzchen:

100 g Basmatireis
1 EL Olivenöl
200 ml Brühe
200 g Pellkartoffeln
1 Eigelb
20 g Butter
Salz und Muskat, gehackte Rucolastiele

Zubereitung:

1. Sauce: Zwiebelwürfel in dem Olivenöl anschwitzen, das grüne Currypulver dazugeben und kurz mit angehen lassen. Mit dem Fischfond auffüllen, die kalte und kleingeschnittene Mehlbutter dazugeben und unter ständigem Rühren ca. 20 Minuten kochen lassen. Mit Salz und zerdrückten schwarzen Pfefferkörnern würzen und passieren.

2. Reis-Kartoffelplätzchen: Den Basmatireis in Olivenöl anschwitzen, mit der Brühe aufgießen und abgedeckt ca. 10 Minuten leicht kochen lassen. Die Flüssigkeit muss vollständig verkocht sein und der Reis noch leichten Biss haben. Kartoffeln schälen, heiß passieren, mit Butter, Eigelb und gehackten Rucolastielen vermischen. Den Reis unterheben und mit Salz und Muskat würzen. 12 kleine Plätzchen formen und in etwas Olivenöl beidseitig braten.

3. Geschmolzene Tomaten: Von den Tomaten den Strunk kegelförmig herausschneiden. In Salzwasser kurz blanchieren (8-12 Sek.), im Eiswasser abschrecken und enthäuten. Auf ein Blech legen, mit dem Parmesan bestreuen, würzen und 8 Minuten im Ofen bei 170 °C garen.

4. Karpfenfilet: Das Karpfenfilet fein schneiden und würzen. Den Knoblauch schälen, in feine Scheiben schneiden und im Olivenöl anbraten. Die Karpfenstreifen dazugeben und unter großer Hitze schnell durchschwenken (1-2 Minuten).

Anrichten:

Je 3 Reis-Kartoffelplätzchen und Tomaten kreisrund anordnen.
Die Karpfenstreifen in die Mitte geben und mit der grünen Currysauce übergießen.