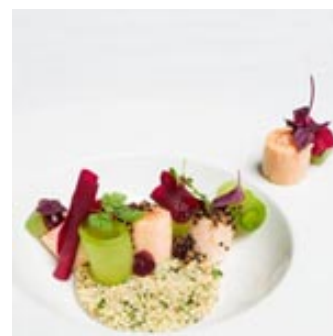


Saibling mit Quinoa, Gurke & Rande

(für 4 Personen) **Ein Rezept von Küchenchef Fabian Fuchs**

© Restaurant EquiTable im Sankt Meinrad, Zürich



Saibling:

Zutaten:

4 Saiblingfilet ohne Haut
Olivenöl
Limetten* (Abrieb)
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Saiblingsfilet (als Alternative Bio-Forellen verwenden) mit den Zutaten marinieren.
Kurz vor dem Servieren warm stellen, so dass der Saibling noch glasig ist.

Quinoa

Zutaten:

300 g Quinoa hell
10 g Pfefferminz frisch
10 g Koriander gemahlen
10 g Za'atar
1 Passionsfrucht* frisch
50 ml Mango Essig
50 ml Olivenöl
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Den Quinoa im Wasser weichkochen. Abschütten.
Die Passionsfrucht auskratzen und unter den Quinoa mischen.
Kräuter, Gewürze, Öl und Essig beifügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gurken:

Zutaten:

1 Salatgurke
50 ml Mango Essig
10 g Zucker
10 g Salz

Zubereitung

Die Gurken schälen, entkernen und in feine Scheiben schneiden.
Essig, Zucker und Salz miteinander verrühren und die Gurken damit 2 Stunden marinieren.

Gepickelte Rande:

Zutaten:

1 Rote Rande roh
100 g Zucker
100 ml Mango Essig 20
0 ml Wasser
1 Prise Salz
1 Lorbeerblatt
1 Sternanis

Zubereitung

-Die Rote Rande schälen und auf der Aufschnitt-Maschine ca. 2 mm dicke Scheiben schneiden oder alternativ mit dem Sparschäler Scheiben runter schälen.
-Das Wasser mit Essig, Zucker, Lorbeer, Sternanis und Salz einmal aufkochen und 5 Minuten köcheln lassen.
-Die Randen-Scheiben dazugeben und 1 Minute mitköcheln
Beiseite stellen und abkühlen lassen.

Randen Püree:

Zutaten:

1 Rote Rande roh 2
Schalotten
50 ml Olivenöl
1 dl Weisswein
1 l Gemüsefond
Salz, Pfeffer

Zubereitung

-Die Rote Rande schälen und in ca. 2 cm grosse Würfel schneiden.
-Die Schalotten in Scheiben schneiden und in Olivenöl andünsten. Die Randen-Würfel beifügen und kurz mitdünsten. Mit Weisswein ablöschen und mit dem Gemüsefond auffüllen und einkochen bis die Randen sehr weichgegart sind. Es sollte fast keine Flüssigkeit mehr vorhanden sein.
-Fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und abkühlen lassen.