

# Gebratenes Bachsaiblingsfilet auf Meerrettich-Kräuter-Risoni, Kohlrabespalten und Meerrettichschaumsoße

aus dem Best Western Hotel Windorf in Leipzig



## Zutatenliste für 4 Personen

### FÜR DAS FISCHGERICHT:

- 4 Bachsaiblingsfilets (à 140 bis 150g)
- Etwas Mehl zum Mehlieren
- 1 Zitrone
- 250 g Risoni
- 2 Zwiebeln
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 l Geflügelbrühe (Gemüsebrühe)
- 200 ml Sahne
- 200 g Tafel Meerrettich aus dem Glas
- 75 g frischer Meerrettich (Kren)
- 75 g gemischte Kräuter nach Belieben (Petersilie, Schnittlauch, Dill, Kerbel)
- 75 ml Rapsöl
- 100 g Parmesan (frisch gerieben)
- 150 g Butter
- 100 ml Weißwein
- 400 bis 500 g Kohlrabi

## So wird's gemacht

1. Aus den Kräutern, Rapsöl und der Schale einer halben Zitrone mit dem Mixer ein Kräuter-Öl herstellen und kaltstellen (etwas Kräuter zum Dekorieren aufbewahren)
2. Eine Zwiebel und eine Zehe Knoblauch in einem Topf und der Hälfte der Butter glasig andünsten und mit einem Schuss Weißwein ablöschen, solange einkochen lassen bis die Flüssigkeit verdampft ist. Mit einem Liter Geflügelbrühe aufgießen und auf die Hälfte einreduzieren. Am Schluss die Sahne und den Tafelmeerrettich zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Kurz vor dem Servieren etwas frischen Meerrettich in die Soße reiben.
3. In einem großen Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen. Den Kohlrabi schälen und in gleichmäßige Spalten schneiden. Das Wasser gut mit Salz abschmecken und den Kohlrabi bissfest 2-3 Minuten blanchieren. Danach sofort in einer Schüssel mit Eiswasser abschrecken. 2-3 Minuten im Eiswasser liegen lassen, danach abgießen und zum Anschwenken beithalten.
4. Für die Risoni eine Zwiebel und eine Zehe Knoblauch in feine Würfel schneiden und in Butter glasig andünsten. Die Restliche Geflügelbrühe in einem Topf erwärmen und zum Aufgießen bereitstellen. Die Risoni mit in den Topf geben und leicht anschwitzen, mit einem Schuss Weißwein ablöschen und einkochen lassen.

5. In einer beschichteten Pfanne, die auf der Hautseite mehlierten Saiblings Filets langsam bei mittlerer Hitze in Öl anbraten. Sollte sich das Filet etwas wölben, mit leichtem Druck beschweren.
6. Die Risoni unter Rühren mit der heißen Brühe nach und nach auffüllen (wie bei einem Risotto) bis die Nudel al dente ist.
7. In einer weiteren Pfanne den Kohlrabi spalten in Butter anschwanken und mit Salz und Pfeffer würzen.
8. Die Risoni vollenden, indem man geriebenen Parmesan, Butter und das Kräuter-Öl untermischt und zu einer cremigen Masse verrührt.
9. Die Fischfilets mit der knusprigen Haut einmal kurz wenden und die Pfanne von der Herdplatte ziehen.
10. Auf einem Teller die cremigen Risoni mittig anrichten, die Kohlrabi spalten anlegen und das Fischfilet auflegen. Am Schluss noch die frisch aufgeschäumte Soße nappieren und mit Kräutern dekorieren.

Kontakt: Best Western Hotel Windorf, Ernst-Meier-Straße 1, 04249 Leipzig  
<https://www.bestwestern.de/hotels/Leipzig/Best-Western-Hotel-Windorf>