

Rezepte «SRF bi de Lüt – Männerküche» 2018

Fischknusperli mit Tartarsauce, lauwarmem Antipastigemüse und Smoked Rosemary Walnuts

Vorspeise von Adrian Ziswiler
für 4 Personen

Smoked Rosemary Walnuts

- 30 g Butter
- 1 ½ EL brauner Zucker
- 2 TL getrockneter Rosmarin, leicht zerstoßen
- ¼ TL Knoblauchpulver
- 12 Walnusshälften
- ¾ TL grobes Meersalz

Den **Smoker** auf 90-105 Grad vorheizen. Die Butter in einer Pfanne mit Zucker, Rosmarin und Knoblauchpulver schmelzen. Die Nüsse hinzugeben und umrühren. Anschliessend mit Salz abschmecken.

Die Nüsse in eine flache, hitzebeständige Schale legen oder aus fester Alufolie ein kleines Tablett formen und die Nüsse darin anrichten. Die Nüsse mit der Schale in den Smoker legen und etwa 30 Minuten smoken, bis sie trocken sind und aromatisch duften. Aus dem Smoker nehmen.

Zum Abkühlen die Nüsse auf eine Schicht Haushaltspapier auslegen. Die Nüsse können entweder sofort serviert oder mehrere Tage in einem Schraubglas aufbewahrt werden.

Variante

Die Nüsse in der Form im Backofen bei 160 Grad trocknen lassen. Der Rauchgeschmack entfällt, die Nüsse werden auf diese Zubereitungsart aber schön karamellisiert.

Tartarsauce

- 100 g Rahmquark
- 100 g Mayonnaise
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 1 Essiggurke, in kleine Würfel geschnitten
- 1 TL Kapern, fein geschnitten
- 3 EL Gartenkräuter (z.B. Basilikum, Schnittlauch, Petersilie)
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- evtl. etwas Streuwürze

Rahmquark und Mayonnaise in eine Schüssel geben und mischen. Zwiebeln, Essigurke, Kapern und Salatkräuter zugeben, leicht mischen. Mit Salz, Pfeffer und Streuwürze würzen, abschmecken.

Lauwarmes Antipastigemüse

- 1 Aubergine, waschen, in 1x1cm Würfeli schneiden
- 2 Zucchetti, waschen, in 1x1cm Würfeli schneiden
- 1 Peperoni (gelb oder rot), waschen, in 1x1cm Würfeli schneiden
- 1 Bund Frühlingszwiebeln, mit Grün fein geschnitten
- 6 EL Olivenöl
- ½ Bund Basilikum, fein geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, fein geschnitten
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Gemüsebouillon
- 1 Prise Sweetchili-Pulver
- 1 TL Honig, flüssig
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

Das Gemüse in eine Schüssel geben, Olivenöl zugeben und mischen.

Das Gemüse in eine Bratpfanne geben und auf mittlerer Hitze braten bis das Gemüse eine schöne Farbe und noch Biss hat. In eine Schüssel geben.

Basilikum und Knoblauch in ein Schälchen geben. Mit dem Zitronensaft, Gemüsebouillon, Salz, Sweetchilipulver und Honig würzen und mit dem Schwingbesen zu einer Sauce verrühren, evt. nachwürzen. Die Marinade über das warme Gemüse geben und mischen.

Fischknusperli

- 4-6 Forellenfilets (es können auch andere Fischarten sein), in 3-5 Stücke geschnitten
- Salz
- (Zitronen-)Pfeffer oder Fischgewürz
- 1 Ei, in einem Suppenteller aufgeschlagen
- 30-40 g Paniermehl, in einem Suppenteller bereitgestellt
- 5-6 EL Pflanzenöl

Die Forellenfilets würzen. Anschliessend die Forellenfiletstücke durch das Ei und dann durch das Paniermehl ziehen.

In einer Bratpfanne das Pflanzenöl erhitzen. Portionenweise die panierten Forellenfiletstücke goldgelb ausbacken.

Anrichten

Antipastigemüse auf einem vorgewärmten Vorspeiseteller kreisförmig anrichten. Drei Fischknusperli dazu legen und etwas Tartarsauce in einem kleinen Glas dazu stellen. Mit drei Nusshälften ausgarnieren