



SEETEUFEL IM GUANCIALE-MANTEL AUF MUSCHELRAGOUT

REZEPT FÜR 4 PERSONEN

ZUBEREITUNG

Stangensellerie, Karotte, Lauch, Zwiebel und Fenchel rüsten und in gleichmässige Würfel schneiden. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden.

Seeteufelfilets von den dünnen Enden trennen, sodass gleichmässige Stücke entstehen. Diese salzen, und mit etwas Orangen- und/oder Zitronenzesten marinieren. In der Zwischenzeit die Seeteufel-Abschnitte mit Rahm, Salz und Pfeffer in einem Mixer oder Cutter zu einer Farce verarbeiten.

Nun die Guanciale-Streifen flach auf einer Klarsichtfolie nebeneinander auslegen, mit wenig Farce bestreichen und die Seeteufelfilets darauf platzieren. Vorsichtig einrollen und kühlen.

Einen genug grossen Topf stark erhitzen. Olivenöl und Miesmuscheln begeben.

Mit Weisswein ablöschen und Deckel darauf geben. Umrühren und nach ca. 40 Sekunden in ein Sieb geben und den Muschelsud auffangen. Muschelfleisch nun von Hand aus der Schale nehmen.

In demselben Topf nochmals etwas Olivenöl erhitzen und das geschnittene Gemüse darin etwa 3 Minuten andünsten.

EINKAUFLISTE

- 400 G SEETEUFEL-FILETS, SAUBER GEPUTZT
- 140 G GUANCIALE, IN SCHEIBEN
- 500 G MIESMUSCHELN
- OLIVENÖL ZUM BRATEN
- 200 ML WEISSWEIN, TROCKEN
- 100 ML NOILLY PRAT
- 1 STANGE STANGENSELLERIE
- 1 GROSSE KAROTTE
- 1 LAUCH, GEBLEICHTER TEIL
- 1 ZWIEBEL
- ½ FENCHEL
- 2 KNOBLAUCHZEHEN
- 1 MSP. SAFRAN
- ½ ORANGE
- 100 ML RAHM
- 1 EL BUTTER (1)
- 1 EL BUTTER (2)
- 3 ZWEIFE ESTRAGON
- KRÄUTER ZUM BRATEN FÜR DEN SEETEUFEL
- KRÄUTER, MICROGREENS ZUM GARNIEREN

POWERED BY:

nahrin

CAFFÈ
CHICCO DORO

Wired Cooking

REDEFINE
MEAT



SEETEUFEL IM GUANCIALE-MANTEL AUF MUSCHELRAGOUT

Safran, Thymian und Lorbeer begeben und mit Noilly Prat ablöschen und diesen etwas reduzieren lassen. Muschelsud begeben und ebenfalls reduzieren lassen.

Estragon hacken und zusammen mit dem Rahm begeben und 3 Minuten köcheln lassen. Nun Butter (1) und das Muschelfleisch dazugeben und mit etwas Orangenzesten verfeinern. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Separat in einer Bratpfanne Olivenöl erhitzen und die in Guanciale eingewickelten Seeteufelfilets darin rundum etwa 7 Minuten anbraten.

Butter (2) und Kräuter nach Belieben begeben.
Den Fisch mit der Butter arrosieren (übergießen) und danach kurz ausserhalb der Pfanne ziehen lassen.

Seeteufelfilets aufschneiden, Muschelragout anrichten und die Seeteufelmedallions darauf anrichten.
Optional mit Kräutern und Microgreens garnieren und servieren.

POWERED BY:

nahrin

CAFFÈ
CHICCO DORO


Wired Cooking

**REDEFINE
MEAT**