

Kohlrabi-Sprossen-Salat | gebeizte Seeforelle | Yuzu-Dressing

Dauer: 48 h 40 min

Schwierigkeit: Mittel

Zusatzinfos: Fisch

Rezept für 4 Personen:

Equipment:

1 Klarsichtfolie

1 Mixer

Gewürze & Zutaten für die Seeforelle:

50 G Dill

20 G rosa Pfeffer

10 G Orangenpfeffer

80 G Ingwer

100 G Zitronengras

250 G Salz

250 G Zucker

1 KG Seeforelle

Gewürze & Zutaten für das Yuzu-Dressing:

1 Eigelb

150 ml Yuzusaft

10 ml Pastis

12 G Wasabi

20 G Honig

15 G Salz

10 G Shichimi Togarashi

3 G Five Spices

20 ml Sesamöl

200 ml Rapsöl

Gewürze & Zutaten für den Salat:

80 G Shi Take Pilze

2 EL Sojasoße

1 Grapefruit

50 G Sojasprossen

1 Bund Koriander

1 Kohlrabi, geschält (ca. 200G)

1 Chicorée

Zubereitung

Zubereitung Seeforelle:

- 1 Die Kräuter und Gewürze grob hacken und mit dem Salz und dem Zucker vermischen
 - 2 Auf einer Klarsichtfolie die Seeforellenfilets einzeln sorgfältig von beiden Seiten mit der Beize bedecken und die Folie stramm um den Fisch wickeln.
 - 3 Auf einem Blech mindestens 48 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.
 - 4 Danach herausnehmen und kurz unter kaltem Wasser abwaschen und abtrocknen.
-

Zubereitung Yuzu-Dressing:

- 1 Alle Zutaten bis auf die Öle im Mixer mixen.
 - 2 Dann die Öle langsam einmontieren.
-

Zubereitung Salat:

- 1 Zunächst die Pilze in dicke Scheiben schneiden und mit etwas Öl kross braten.
 - 2 Mit der Sojasoße ablöschen und zur Seite stellen.
 - 3 Die Grapefruit filetieren und die Segmente in mundgerechte Stücke schneiden.
 - 4 Die Sprossen waschen und gut abtropfen lassen.
 - 5 Den Koriander hacken.
 - 6 Den Kohlrabi entweder grob reiben, oder in feine Streifen schneiden.
 - 7 Den Chicorée in Streifen schneiden.
 - 8 Alle Zutaten mischen.
-

Fertigstellung:

- 1 Die Seeforelle in hauchdünne Scheiben schneiden. Den Salat mit dem Dressing marinieren und anrichten.
-