



*Neuseeländischer Hoki
auf Rote Bete Risotto
und Kürbisschaumsauce*



Neuseeländischer Hoki auf Rote Bete Risotto und Kürbisschaumsauce

Zutaten für 4 Personen

800 g Hokifilet
2 Spritzer Zitrone
2 EL Butter, Pfeffer, Salz

Rote Bete Risotto:

1 mittelgroße gekochte Rote Bete Knolle
2 EL Olivenöl
2 Schalotten, 2 Knoblauchzehen
250 g Risotto Reis
150 ml Weißwein, 700 ml Gemüsebrühe
50 g Parmesan, 40 g kalte Butter
½ bis 1 TL Meerrettich

Kürbisschaumsauce:

2 Schalotten, 30 g Butter
1 mittelgroßer Butternut oder Hokkaidokürbis
1 Msp. Safranfäden, Pfeffer, Salz
300 ml Gemüsebrühe, 150 ml Sahne
Ein schaumig mixender Blender oder Stabmixer



Zubereitung

Rote Bete Risotto:

Rote Bete waschen, schälen und fein würfeln. Schalotten und Knoblauch fein würfeln, anschließend in Öl andünsten. Reis hinzufügen und glasig dünsten. Wein hinzufügen und unter Rühren einkochen, anschließend die Rote Bete einrühren. Von der heißen Brühe 1/3 hinzufügen und ebenfalls rührend einkochen, bis die Flüssigkeit absorbiert ist. Diesen Vorgang noch 2 Mal wiederholen. Währenddessen den Parmesan fein reiben und kalte Butterwürfel bereitstellen. In das fertig gegarte Risotto den Parmesan und die Butterwürfel einrühren. Dann mit Pfeffer, Salz und Meerrettich abschmecken.

Kürbisschaumsauce:

Schalotten fein würfeln und in der Butter anschwitzen.

Wird ein Butternut verwendet, den Kürbis schälen und grob würfeln. Kürbis, Safran, Gemüsebrühe und Sahne hinzugeben und ca. 30 Minuten Weichgaren.

Den Kürbis in einem geeigneten Gerät pürieren und entweder noch etwas einkochen oder etwas Brühe hinzugeben. Die Konsistenz sollte die einer angedickten Sauce haben, aber nicht an ein Püree erinnern.

Die fertige Sauce mit Blender oder Stabmixer einige Minuten aufschäumen.



Die Hoki Filets würzen und in einer Pfanne mit Öl auf einer Seite ca. 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Dann den Herd ausstellen, die Butter dazu geben, den Fisch wenden, mit Butter begießen und ziehen lassen.

Jetzt alles anrichten und sofort servieren.

Dazu schmeckt ein Bio Veganer Blanc de Noir von Kesselring.

Guten Appetit!