



SEESAIBLING - SÜSSKARTOFFEL - BROKKOLI VON ROMAN WURZER



QimiQ VORTEILE

- Unterstreicht den Eigengeschmack der Zutaten
- Länger Präsentationszeit ohne Qualitätsverlust
- Einfache und schnelle Zubereitung



ZUTATEN FÜR 10 PORTIONEN

FÜR DEN BROKKOLIFLAN

110 g
350 g Broccoli, blanchiert
70 g Eiweiss
80 g Broccoli, gehackt
40 g Butter, geschmolzen

FÜR DEN SÜSSKARTOFFELESPUMA

200 g
600 g Süsskartoffeln, geschmort, geschält
200 ml Gemüsebouillon
100 ml Erdnussöl
10 g Currypulver

FÜR DIE MARINADE

50 ml Sushi-Essig
20 ml Limettensaft
20 g Zuckersirup
30 ml Erdnussöl
80 ml Sonnenblumenöl
10 ml Sojasauce

FÜR DEN BROKKOLI

100 g Broccoli, gehobelt

FÜR DAS SAIBLINGSFILET

10 Seesaiblingsfilets à 120 g, halbiert

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 95 °C (Umluft) vorheizen.
2. Für den Brokkoliflan: Alle Zutaten zusammen gut mixen und abschmecken. Masse in befettete Formen füllen und bei 95 °C ca. 15 Minuten dämpfen.
3. Für den Süsskartoffelespuma: Süsskartoffeln schälen und mit den restlichen Zutaten im Thermomix bei 80 °C fein mixen. In einen iSi Gourmet Whip füllen, eine Sahnkapsel hineindreuen und gut schütteln.
4. Für die Marinade: Alle Zutaten zusammen gut vermischen und den Brokkoli mit der Hälfte davon marinieren.
5. Seesaiblingsfilets mit der restlichen Marinade marinieren und mit Brokkoliflan, Süsskartoffelespuma und marniertem Brokkoli anrichten.