



ZUCCHINIMUS MIT SARDINEN

QimiQ AVANTAGES

- Stable à l'alcool et aux acides
- Préparation simple et rapide



25



simplement

INGRÉDIENTS POUR 12 PORTIONS

8 pièce(s)	Sardine, fraîche
60 ml	Vinaigre de vin blanc
1 cs, rase	Sucre cristallisé
	Sel marin
1	Courgette(s), de taille moyenne
1	Échalote(s)
1	Gousse(s) d'ail, pressé
	Pignons
	Poivre
	Feuilles de basilic (optional)
	Épinards en branches (optional)

FÜR DAS ZUCCHINIMUS

300 g	Courgette(s)
1 petite(s)	Oignon(s)
2	Gousse(s) d'ail
2 cs	Huile d'olive
300 g	QimiQ Base crème
	Sel et poivre
1 cc	Origan, séché
	Pâte de wasabi
3	Tomates séchées à l'huile

PRÉPARATION

1. Für das Mus Zucchini putzen und blättrig schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken. Olivenöl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen. Zucchini einrühren und andünsten.
2. QimiQ Classic, Salz, Pfeffer, Oregano, einen Spritzer Wasabipaste und getrocknete Tomaten zugeben und alles ein paar Minuten leise kochen. Masse zu einem Püree mixen. Schalen mit Frischhaltefolie auslegen, Püree einfüllen. Etwa 6 Stunden kühl stellen.
3. Sardinen putzen: Kopf mit einer Drehbewegung entfernen und das Rückgrat aus den Filets ziehen. Sardinen in eine Schüssel legen. $\frac{1}{4}$ Wasser mit Essig, Zucker und einer guten Prise Meersalz aufkochen. Diese Marinade heiß, aber nicht mehr kochend auf die Sardinen gießen. Sardinen in der Marinade ca. 15 Minuten ziehen lassen.
4. Zucchini putzen und in feine Streifen schneiden. Schalotte schälen und feinst schneiden. Zucchiniestreifen und Schalotte mit gepresstem Knoblauch, ein paar Pinienkernen, Salz, Pfeffer, einem Spritzer von der Sardinenmarinade, einer Handvoll Basilikum- oder Spinatblätter und Sardinenstücken locker vermischen und mit dem Mus anrichten.