

Felchen ‚Bismarck Art‘ mit Topinambur und Apfelkugeln



Zutaten:

für 4 Personen

- 4 Felchenfilets mit je 100-125 g
- 20 g Zucker
- 0,2 l Weißweinessig
- 750 ml Wasser
- 1 mittelgrosse milde Zwiebel (z.B. Höri Bülle)
- 1 TL Senfkörner, Bio-Zitronenschale, Lorbeer, Piment
- 1-2 große Äpfel (z.B. Jonagold)
- 2 EL Zucker
- 1 Bio-Zitrone
- 50 ml Apfelsaft
- 150 ml Wasser
- 1 Beutel Fencheltee
- 100 g Topinamburknollen
- 100 g Sauerrahm
- Salz & Pfeffer
- Extra: Etwas Frisee oder Feldsalat, Dill, Kerbel, Essig, Öl und Senf



Zubereitung

Achtung bei der Planung für dieses Rezept. Die Felchenfilets sollten eineinhalb bis zwei Tage mariniert werden!

Die Felchenfilets falls nötig enthäuten und entgräten. Dann der Länge nach mittig halbieren und in einen flachen Behälter schichten. Die Zwiebeln schälen und in 0,5 cm dicke Ringe schneiden. Dann in einem Topf 35 g Salz, 20 g Zucker und je ein TL Senfkörner, Zitronenschale, Lorbeer und Piment in 0,25 l Essig und 0,5 l Wasser aufkochen. Die Zwiebelringe zugeben, aufkochen und den Topf beiseite stellen und abkühlen lassen. Den erkalteten Sud über die Felchenfilets gießen und den Behälter mit Klarsichtfolie abdecken. Felchen im Kühlschrank 1,5 bis 2 Tage marinieren. Zum Servieren die Filets abtropfen lassen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Für die Apfelkugeln die Äpfel schälen und mit einem mittelgroßen Melonen-Ausstecher möglichst gleichmäßige

Kugeln ausstechen. In kleinem Topf den Zucker und eine Prise Salz hellgelb karamellisieren. Mit 150 ml Wasser, 50 ml Apfelsaft und Zitronensaft von einer halben Zitrone ablöschen und aufkochen, bis sich der Karamell gelöst hat. Dann die Apfelkugeln hinein geben und eine Minute köcheln. Den Topf beiseite stellen, einen Fenchelteebeutel zugeben und eine Minute ziehen lassen. Dann den Beutel entfernen und die Apfelkugeln im Sud auskühlen lassen.

Die Topinamburknollen fein schälen und in 0,5 cm dicken Scheiben schneiden. Die Scheiben in einem kleinen Topf mit 100 ml Wasser, Zitronensaft von einer halben Zitrone und 1 TL Salz eine Minute blanchieren. Dann abtropfen und mit wenig Öl vermischen. Den Sauerrahm mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken und glatt rühren.

Zum Anrichten ein Dressing aus Essig, Senf, Öl, Salz und Pfeffer rühren. Den Friseesalat (oder Feldsalat) in Dressing tunken und mittig auf einem Teller anrichten.

Felchenstücke, Zwiebelringe, Apfelkugeln und Topinambur um den Salat arrangieren.

Mit ein paar Klecksen Sauerrahm ergänzen und mit Kerbel und Dill dekorieren. Dazu passt ein kräftiges Brot.