

Skrei (Winterkabeljau) mit Kohlrabi-Variation und wildem Brokkoli

Rezept von Bernhard Gruber,
Altes Backhaus, Wiener Neustadt



Zubereitung Ofenkohlrabi

1 Stück Kohlrabi mit Schale vierteln, salzen und pfeffern, 2 Esslöffel Olivenöl in eine Pfanne geben, Kohlrabi mit Öl durchmischen, einen Schluck Wasser dazu, Pfanne mit Alufolie abdecken und 1-1,5 Stunden bei 180 Grad im Rohr garen. Anschließend eventuell in kleinere Stücke schneiden.

Zubereitung Kohlrabicreme

1 Stück Kohlrabi in Würfel schneiden, mit Butter und wenig Wasser in einen Topf geben und zugedeckt weich dünsten. Mit Stabmixer zu einer cremigen Konsistenz mixen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken.

Zubereitung sautierte Kohlrabi

1 Stück Kohlrabi, einige Blätter in feine Streifen schneiden (es können auch die Stiele streifig geschnitten mitverwendet werden), in Distelöl anschwitzen, salzen und pfeffern, zum Schluss eine paar Pinienkerne dazu.

Zubereitung Kohlrabi-/Pernodschaum

Aus den Kohlrabi-Schalen mit 1/2 l Wasser einen Gemüsefonds herstellen (Pfeffer, Salz, Lorbeer, ev. Petersilie dazu).

Die restlichen Kohlrabi-Blätter und -Stiele klein zusammen schneiden, in Olivenöl und Butter anschwitzen, dann 1 Teelöffel Zucker dazu, mit anschwitzen, 1 Schuss Pernod drüber, flambieren, mit ca. 300 ml Gemüsefonds ablöschen und 20 Minuten köcheln lassen. Anschließend mit Stabmixer mixen und durch ein feines Sieb passieren. Mit Salz, Pfeffer, ev. Zucker abschmecken, 1 Esslöffel Crème Fraîche untermixen, mit Stabmixer unter Zugabe von kalten Butterstückchen vor dem Anrichten aufschäumen.

Zutaten für 4 Personen

- 4 Filets vom SKREI (vom Mittelstück, mit Haut, jeweils ca 120 g)
- 3 Stück Kohlrabi (mittelgroß, jeweils ca 450-500 g) samt Stielen und Blättern (auch die Schalen aufheben)!
- 300 Gramm Wilder Brokkoli
- Olivenöl
- Distelöl
- BIO-Zitrone
- Zitronenthymian, Lorbeerblatt, Petersilie
- Crème Fraîche
- Pinienkerne
- Pernod
- Butter
- Salz, Pfeffer

Zubereitung Wilder Brokkoli

Den wilden Brokkoli gleich zu Beginn mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer marinieren, damit die Marinade gut einziehen kann.

Dann bei geringer Hitze in einer Pfanne mit etwas Olivenöl ca. 10 Minuten sautieren.

Zubereitung Skrei

Die Filets ca 1 Std vorher aus dem Kühlschrank nehmen und auf Zimmertemperatur bringen, kurz vorher salzen und pfeffern und dann in etwas Olivenöl auf der Hautseite in einer (ev. beschichteten) Pfanne kross anbraten, die Filets wenden, einen Esslöffel Butter und ein paar Zweige Zitronenthymian in die Pfanne dazu geben, einige Male mit dem Butter-/Thymianfonds übergießen (auf der „Fleischseite“ nur kurz braten, da der Fisch innen glasig bleiben soll).