



# Heilbutt, Kalamansi, Spitzkohl, Koriander



## Rezept für 4

### Zutaten Kalamansिसud

150 ml Kalamansिसaft  
1 rote Zwiebel  
20 g Korianderstiele  
20 g Senfsaat  
1 rote Chilischote  
(Jalapeño)  
50 g Honig

### Zutaten Spitzkohl

1 Spitzkohl  
1 kleine Chilischote  
3 Stangen Zitronengras  
100 g Ingwer  
5 Limettenblätter  
100 g Zucker  
200 g Weissweinessig  
300 g Wasser  
Salz

### Zutaten Heilbutt

320 g weisser Heilbutt  
(Stücke à 80g)  
30 g geklärte Butter

### Garnitur

Getrocknete Kornblumen  
Getrocknete Ringelblumen

## Zubereitung Kalamansिसud

Die rote Zwiebel in feine Würfel schneiden. Die Senfsaat in Salzwasser für ca. 15 Minuten abkochen, anschliessend auf einem Sieb abtropfen lassen. Die Chilischote ebenfalls in feine Würfel und die Korianderstiele ganz fein schneiden. Nun den Kalamansिसaft aufkochen und mit Salz und Honig abschmecken, etwas abkühlen lassen und die restlichen Zutaten hinzugeben. Nochmals mit etwas Salz nachschmecken.



### **Zubereitung Spitzkohl**

Die kleine rote Chilischote fein schneiden, das Zitronengras anklopfen und halbieren und den Ingwer in feine Scheiben schneiden. Zucker, Wasser und Essig zusammen aufkochen, das Ganze mit Salz abschmecken und die restlichen Zutaten hinzugeben. Nun alles zusammen nochmals aufkochen und ca. 3 Stunden ziehen lassen, anschliessend den Fond abpassieren und nochmals mit etwas Salz nachschmecken. Den Spitzkohl der Länge nach halbieren und die äusseren, grünen Blätter entfernen. Die gelben Blätter des Kohls halbieren, in eine Schüssel oder einen Topf geben und mit dem kochenden Sud übergossen. Das Gefäss dann abdecken und die Spitzkohlblätter darin nochmals ca. 3 Stunden ziehen lassen und anschliessend in Streifen schneiden.

### **Zutaten Heilbutt**

Den Heilbutt mit etwas Salz würzen und auf ein gebuttertes Blech geben. Anschliessend bei Combi Steam 52 °C für ca. 6 bis 8 Minuten garen, die Kerntemperatur sollte ca. 42 °C betragen.

### **Anrichten**

Den Fisch in die Mitte des Tellers setzen. Den Kalamansifond darüber geben und die Streifen des gepickelten Spitzkohls darauf anrichten. Ausgarnieren mit den getrockneten Blumen.

Zum Video!