



# Langustinen kamillenkonfiert, Kokos-Kartoffel-Püree und Zitronenkarotten



## Zubereitung Langustinen

Olivenöl erwärmen, Kamillenblüten dazugeben, abdecken und über Nacht ziehen lassen. Langustinen rund aufrollen, auf Holzspiesse stecken und auf einen Teller legen. Mit Kamillenöl übergießen und mit Folie abdecken. Mit Heissluft 85 °C während 12 Minuten konfieren. Auf beiden Seiten kurz anbraten. Mit Fleur de Sel würzen.

## Zubereitung Zitronenkarotten

Gemüsefond mit Gewürzen und Zitronen aufkochen und 30 Minuten ziehen lassen. Karotten in Olivenöl anschwitzen, mit abpassiertem Fond ablöschen und 5 Minuten köcheln lassen. Abgiessen, den Fond einreduzieren, abschmecken und mit den Karottenstreifen mischen.

## Rezept für 6

### Zutaten Langustinen

6 Langustinen à ca. 30 g,  
geschält  
4 EL Kamillenblüten,  
getrocknet  
1 dl Olivenöl  
Fleur de Sel

### Zutaten

#### Zitronenkarotten

3 grosse Pfälzer Karotten,  
in feine Streifen gehobelt  
2 EL Olivenöl  
2 Zitronen, Abrieb und  
Saft  
1 TL Zucker  
5 Wacholderbeeren  
5 Kardamomkapseln  
1 TL Kurkuma  
5 dl Gemüsefond

#### Zutaten Kokos- Kartoffel-Püree

300 g mehligkochende  
Kartoffeln, geschält und in  
grosse  
Würfel geschnitten  
1 Prise Kurkuma  
1 dl Kokosmilch  
Salz



### **Zubereitung Kokos-Kartoffel-Püree**

Kartoffeln in Salzwasser weich kochen, abgiessen und ausdampfen lassen.  
Kokosmilch mit Kurkuma und Salz erwärmen. Kartoffeln durchpassieren und Kokosmilch mit einem Holzlöffel unterrühren.

### **Anrichten**

## **Anrichten**

Püree mit Spritzsack auf kleinen Suppentellern dressieren, Karotten daraufsetzen und mit der Langustine abschliessen. Eventuell mit Zitronenzesten, Kartoffel- und Kokoschips garnieren.

## **Garstufe Langustinen**

Mit Vorheizen

12 Minuten | Heissluft 85 °C