



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Choquete vom 15.06.2017 – Tisch Nr. 2

Amuse-Bouche

Kabeljau auf Fenchelpüree

Sizilianisches Hähnchen

Kaffeeglace mit Krokant

Kabeljau auf Fenchelpüree

Für 4 Personen

2	Stück	Fenchelknollen à 200g
600	g	Kartoffeln
		Salz
2	Stück	Knoblauchzehen klein
7	EL	Olivenöl
		Zucker
100	ml	Wermut (Noilly Prat)
		Pfeffer
4	Stück	Kabeljaufilet (à 80g, mit Haut)
		Mehl zum Bestäuben

Für die Brandade das Fenchelgrün abschneiden und in kaltes Wasser legen. Fenchelstrunk keilförmig herausschneiden. Fenchel halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Kartoffeln waschen und 20-25 Minuten mit Schale in Salzwasser garen. Den Knoblauch durchpressen.

2 EL Öl erhitzen. Fenchel und Knoblauch darin 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze andünsten. Dabei mit Salz und 1 Prise Zucker würzen. Mit Wermut und 100 ml Wasser auffüllen. 2 Minuten aufkochen. Dann zugedeckt bei milder Hitze 10 Minuten kochen lassen.

Fenchel grob pürieren. Fenchelgrün grob hacken. Kartoffeln in einem Sieb abtropfen und etwas abkühlen lassen, dann noch warm schälen. Kartoffeln in einer Schüssel zerstampfen. Fenchel, Fenchelgrün und 3 EL Öl unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt warm halten.

Kabeljaufilet mit Salz würzen und leicht mit Mehl bestäuben. Restliches Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Kabeljau auf der Hautseite bei mittlerer Hitze 5-6 Minuten braten, dann wenden und von der Kochstelle nehmen. 1-2 Minuten ziehen lassen.

Brandade mit Hilfe von Ausstechförmchen (8 cm Durchmesser) auf Teller geben und Kabeljau darauf legen. Mit etwas Fenchelgrün dekorieren.