


Gebeizte Renke mit Rote Bete-Tatar

 happy-mahlzeit.com/2020/02/22/gebeizte-renke-mit-rote-bete-tatar/

Zutaten für 4 Personen

Für die Renke:

- 4 Renkenfilets mit Haut à 100g
- je 3 Stiele Dill und Koriander
- 3 Zweige Thymian
- 1 TL Korianderkörner
- 1 Sternanis
- 4 – 5 Wacholderbeeren
- 1 TL Rosa Pfefferbeeren
- abgeriebene Schale von 1 unbehandelten Zitrone
- 50 g Salz
- 100 g Zucker
- Olivenöl

Für das Rote Bete-Tatar:

- 4 frische Rote Beten, ersatzweise vorgegart und vakuumiert
- 1 Schalotte
- 4 Cornichons
- 2 TL Kapern
- 1 TL Worcestershiresauce
- 1 TL Sherry-Essig
- 1 EL Mayonnaise
- Zucker
- Meersalz
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Schnittlauchröllchen

Außerdem:

100 g saure Sahne

Zubereitung:

Für die Renke die Kräuter waschen, trocken schütteln und die Spitzen bzw. Blätter abzupfen. Kräuter, Gewürze und Zitronenschale im Mixer fein pürieren. Salz und Zucker mischen.

Die Fischfilets waschen, trocken tupfen, mit der Gewürzmischung bestreichen, in eine flache Form legen, mit der Mischung aus Salz und Zucker bestreuen und zugedeckt im Kühlschrank 24 Stunden ziehen lassen.

Den Backofen auf 200 °C vorheizen.

Die Roten Beten putzen, waschen und nicht abtrocknen. Die Knollen auf je 1 Bogen Alufolie setzen, mit Meersalz bestreuen, einwickeln, in eine ofenfeste Form setzen und im Backofen auf mittlerer Schiene ca. 1 ½ Stunden garen. Bei vorgegarten Roten Beten entfällt dieser Schritt.

Die weichen Roten Beten aus der Folie nehmen, schälen, etwas auskühlen lassen und in grobe Würfel schneiden. Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Cornichons und Kapern fein hacken.

Die Roten Beten mit der Schalotte, den Cornichons, Kapern, Worcestershiresauce und Essig im Küchenmixer fein zerkleinern, aber nicht pürieren. Die Masse aus dem Mixer nehmen, in einer Schüssel mit der Mayonnaise verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Schnittlauchröllchen dazugeben und vorsichtig unterrühren.

Die Renke aus der Beize nehmen und diese entfernen. Das Renkenfleisch schräg in feinen Scheiben von der Haut schneiden. Die Fischeiben auf Tellern anrichten und mit etwas Olivenöl beträufeln. Mit einem Esslöffel Nocken vom Rote-Bete-Tatar abstechen und auf der Renke anrichten.

Die saure Sahne glatt rühren und über Tatar und Renke träufeln. Nach Belieben mit Kresse garnieren.

Rezept: Hans Jörg Bachmeier

Quelle: Einfach. Gut. Bachmeier vom 4.5.2014