



## FINAL BOX | 22 05 21

*Sorgfältig vorbereitet und verpackt.  
Zum fertigen Zubereiten am Samstag  
oder gekühlt am Sonntag.  
Anleitung und Koch-Tipps inklusive.*

Loup de Mer  
- Zum selber Braten -  
Krustentier Sud | Fenchel  
Confierte Tomate | Chorizo Brandade

•

Filet vom Angusrind  
- Zum selber Braten -  
Rotweinsauce | Glasierter Weißer Spargel  
Speckbohnen | Karottenpüree | Gratinierte Kartoffeln

•

Dom von der Dulcey Schokolade  
Macadamia Nuss | Erdbeeren | Minze

Hotel Hirsch | Fellbach Schmiden  
OETTINGER'S RESTAURANT | TAKE AWAY



## FINAL BOX | 22 05 21

### Für die Zubereitung

2 beschichtete Pfannen | 2 mittlere Saucetöpfe | 1 großen Topf als Wasserbad  
Ihren Backofen sowie haushaltsübliche Zutaten und Gerätschaften

### Zur Vorspeise

#### Wir für Sie

Bei dem Loup de Mer handelt es sich um einen „Bar de ligne“, was so viel bedeutet wie „Barsch an der Leine gefangen“. Der Barsch wird vor der französischen Küste mit kleinen Booten per Langleine gefangen. Ein deutlicher Qualitätsvorteil, da die Fische nicht wie beim Netz Fang gedrückt oder gequetscht werden. Das Fischfleisch ist weiß und feinfaserig und überzeugt mit einem intensiven und mineralischen Aroma. Wir haben den Fisch für Sie filetiert.

Für den Krustentiersud haben wir Hummer- und Garnelenkarkassen sanft geröstet und mit Pernod flambiert. So dass das leicht süßliche, intensiver Aroma am Besten zur Geltung kommt.

Der Ansatz wurde mit kräftigem Fischfond, den wir aus den Karkassen des Loup de Mer gewonnen haben, aufgefüllt und über mehrere Stunden geköchelt. Zum Abrunden verwendeten wir Pelatitomaten, etwas Orange und Knoblauch, sowie Gewürze. Fein passiert und mit Kartoffelstärke leicht gebunden, haben wir den Sud mit etwas Safranfäden eingeglast. Die Kirschtomaten haben wir angesalzen und mit etwas weißem Balsamicoessig im Ofen confiert und im Anschluss von der Haut befreit. Den Fenchel haben wir gesäubert, ganz dünn gehobelt und im Anschluss mit etwas Salz, Zucker und etwas Pernod sowie Safran mariniert. Für die Brandade haben wir mehligkochende Kartoffeln zu einem Püree verarbeitet. Als Geschmacksgebende Komponente haben wir eine milde Chorizo verwendet. Die würzige

Rohwurst bringt mit ihren Paprika- und Knoblaucharomen eine sehr gute Balance zum Krustentiersud und dem gebratenen Wolfsbarsch. Die Chorizo wurde von uns angebraten, damit das Fett austritt. Im Anschluss dient das Fett in der Brandade als Geschmacksträger. Fertig abgeschmeckt und zum einfachen erwärmen haben wir die Brandade vakuumiert.

### Zubereitung in der heimischen Küche

Füllen Sie den Krustentiersud in einen kleinen Topf und erhitzen Sie ihn langsam. In der Zwischenzeit stellen Sie den großen Topf als Wasserbad auf. Achten Sie bitte darauf, dass das Wasser eine konstante Temperatur zwischen 75°C und 85°C hat. Geben Sie die Chorizo Brandade in dem verschlossenen Vakuumbbeutel für 10 Minuten in das Wasserbad. Zum Temperieren des Fenchelkrauts und der confierten Kirschtomaten sollte es ausreichen, diese ca. 1 Stunde vor dem Anrichten aus dem Kühlschrank zu nehmen. Tupfen Sie den Loup etwas trocken und würzen beide Seiten mit etwas Salz. Dann braten Sie den Fisch bei mittlerer Hitze in einer beschichteten Pfanne auf der Hautseite bis er zu zwei Dritteln gar ist.



## FINAL BOX | 22 05 21

Beim Loup de Mer ist das gut zu sehen, da sich die Farbe an der Seite des Filets ändert und sie heller wird. Wenden Sie den Fisch und nehmen ihn sofort aus der Pfanne. Der Garpunkt wird sich noch leicht verändern und der Fisch zieht nach. Wie bei allen Fischen gilt auch beim Wolfsbarsch, dass das Fischeiweiß sehr empfindlich auf zu viel Hitzezufuhr reagiert. Fischeiweiß stockt bereits bei einer Temperatur von ca. 45° Grad. Sobald der Kern dieser Temperatur erreicht hat, ist er leicht glasig und saftig. Natürlich können Sie Ihren Fisch auch wärmer zubereiten, jedoch ist es dann möglich, dass er etwas trocken wird und wichtige Inhaltsstoffe verloren gehen.

Als Anrichtetipp: Geben Sie die Brandade mittig auf den Teller und setzen den Fisch vorsichtig mit der Hautseite nach oben auf die Brandade. Um den Fisch richten Sie das Fenchelkraut, sowie die confierten Tomaten an. Den Sud, falls zu Hand mit einem Zauberstab aufmixen und separat in einer Sauciere servieren.

### Zum Hauptgang

#### Wir für Sie

Das Rinderfilet haben wir für Sie pariert und portioniert. Wir haben das edelste Stück vom Angusrind dann mittels Bindfäden in Form gebracht, damit das Garergebnis gleichmäßiger wird. Zum besseren Lagern und Transportieren haben wir das Filet vakuumiert. Diejenigen die bereits mit dem Sous Vide Garverfahren vertraut sind, können das Filet natürlich auch in der Vakuumentüte garen. Die Sauce zum Rind haben wir aus einer klassischen Kalbsjus gezogen. Als geschmackgebende Zutat ist sie mit Rosmarin abgeschmeckt worden. Den Spargel vom Schmidener Feld haben wir geschält und mit Salz und wenig Zucker gewürzt. Im Anschluss wurde er im Vakuumbbeutel bei Dampf gegart. Bei dieser Garvariante werden die feinen Aromen nicht ausgewaschen, sondern konzentrieren sich. Der Spargel gart in seiner eigenen Flüssigkeit.

Für die Speckbohnen haben wir feine grüne Bohnen in kräftigem Salzwasser blanchiert und im Eiswasser wieder abgeschreckt. Dieser Vorgang erhält die Farbe und durch das Salz verstärkt sich der Eigengeschmack. Im Anschluss wurden die Bohnen in Bauchspeck eingewickelt. Für das Karottenpüree haben wir die Karotten mit Zwiebeln und Butter weich gedünstet und im Anschluss mit Sahne fein püriert. Zum einfachen Erwärmen haben wir das Püree vakuumiert. Für das Kartoffelgratin haben wir Anabell-Kartoffeln geschält, dünn gehobelt und mit Sahne, Salz, Muskat und Thymian im großen Topf angegart. Die Stärke die austritt, sorgt für eine leichte Bindung. Für den Geschmack haben wir geriebenen Bergkäse untergehoben und die Masse in einer Auflaufform fertig gegart.



## **FINAL BOX | 22 05 21**

### Zubereitung in der heimischen Küche

Bitte heizen Sie Ihren Backofen auf 150°C Umluft vor und stellen einen Topf als Wasserbad auf den Herd, achten Sie bitte auf eine Wassertemperatur von ca. 75°C bis 85°C.

Legen Sie das Karottenpüree in der verschlossenen Vakuumentüte für 10 Minuten in das Wasserbad. Das Kartoffelgratin für ca. 15 bis 20 Minuten in den Ofen geben. In der Zwischenzeit packen Sie das Rinderfilet aus, würzen es mit Salz und braten es von allen Seiten kurz und scharf an. Ein leichtes Röstaroma ist durchaus gewünscht, der eigentliche Garvorgang sollte jedoch im Backofen erfolgen. Schauen Sie alle 5 Minuten in den Ofen um den Garpunkt zu bestimmen. Bei leichtem Druck mit dem Zeigefinger auf das Fleisch sollte die Elastizität sich anfühlen wie ein Druck auf die Nasenspitze. Dann sollte das Rinderfilet medium sein und eine Kerntemperatur von 55°C haben. Die Speckbohnen auf der Specknaht anbraten und ebenfalls im Ofen erwärmen. Den Spargel bitte mit dem Saft in der Tüte in eine saubere, beschichtete, kalte Pfanne geben und mit einer kleinen Flocke Butter glasieren bis die Flüssigkeit einreduziert ist und eine helle Bräunung entsteht. Erhitzen Sie die Sauce langsam bis sie einmal aufkocht.

### Als Anrichtetipp:

Geben Sie etwas von dem Karottenpüree in die obere Mitte des Tellers und ziehen mit dem Löffelrücken einen Schweif in die untere Hälfte. Die Spargelspitzen richten Sie zum Gast in die untere Hälfte an. Schneiden Sie das Fleisch an und stellen es leicht auf, sodass die Schnittfläche nach vorne zeigt. Die Bohnen geben Sie bitte mit auf den Teller. Die Sauce reichen Sie separat in einer Sauciere, das Gratin auch extra reichen um den Platz auf dem Teller zu halten.

### Zum Dessert

Die Dulcey Schokolade zeichnet sich durch ihre Karamellfarbe aus, sie ist weder hell noch dunkel und hat von Natur aus eine karamellige Note. Die Schokolade haben wir zu einem Dom verarbeitet. Der Dom sitzt auf einem feinen Biskuitboden und ist mit einem fruchtigen Erdbeerkern gefüllt. Die Macadamia haben wir zu einem Cake verarbeitet, diese bitte vor dem Genuss im Raum temperieren.

Die badische Erdbeere haben wir der Qualität wegen ungewaschen in Ihre Box gepackt. Vor dem Verzehr bitte kurz waschen. Außerdem finden Sie die Erdbeere zu einem Schaumküsschen verarbeitet. Die Minze finden Sie in einem Granitée.

Das Granitée, welches flüssig ist, bitte in ein doppelt so großes Gefäß umfüllen, für mindestens 4 Stunden einfrieren. Sobald es fest ist mit einer Gabel zerbröseln um eine körnige Konsistenz zu erhalten. Anschließend am besten auf einem vorgekühlten Teller sofort anrichten.

