

AISCHGRÜNDER KARPfen G.G.A.

Eintopf



UNSER TIPP:

Eine besondere Würze erhält das Gericht durch ein wenig Anisschnaps. Der geröstete Speck verleiht der Brühe eine interessante Tiefe.

ZUTATEN FÜR DIE BRÜHE:

2 Karkassen vom Aischgründer Karpfen
100 g geräuchertes Wammerl, grob gewürfelt
1 Nelke
1 Lorbeerblatt
½ Sternanis
4 Pimentkörner
1 Kardamomkapsel
6 Pfefferkörner
2 Zimtblüten
2 Zwiebeln, mittelgroß mit Schale, grob gewürfelt
100 g Karotten
80 g Sellerie
80 g Petersilienwurzel
60 g Lauch
1 EL Rapsöl
1 EL Tomatenmark
50 ml Fränkischer Weißwein g.U.

FÜR DEN EINTOPF:

100 g Linsen
100 g neue Kartoffeln (oder Bamberger Hörnla g.g.A.), in dickere Scheiben geschnitten
80 g Karotte
80 g Sellerie
80 g Lauch
80 g Kohlrabi
100 g Wirsing, in Rauten geschnitten
Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb (Bio-Zitrone)
1 Karpfenfilet, ohne Haut und eingeschnitten

ZUBEREITUNG:

Die Karkassen waschen, von Blut und Innereiresten befreien und in mittelgroße Stücke schneiden, dann in eine Raine legen. Das Wammerl dazulegen und im vorgeheizten Backofen (Umluft) bei 165 °C für 30 Minuten rösten.

Alle Gewürze kurz in einer Pfanne anrösten und im Mörser leicht anstoßen.

Das Gemüse schälen und in walnussgroße Stücke schneiden.

In einem Schnellkochtopf das Öl erhitzen. Das Tomatenmark darin langsam anrösten und mit dem Weißwein ablöschen. Alle anderen Zutaten in den Schnellkochtopf geben und mit kaltem Wasser auffüllen, bis alles bedeckt ist. Deckel verschließen und auf Stufe 2 einstellen. Sobald der Druck im Topf aufgebaut ist, für 25 Minuten köcheln lassen.

Vom Herd nehmen, den Druck ablassen und die Brühe durch ein feines Sieb in einen Topf passieren.

In diesen Topf die Linsen und die Kartoffeln geben und 15 Minuten lang zugedeckt köcheln lassen. Nun das restliche Gemüse schälen und klein würfeln. In den Topf geben und weitere 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken.

Das Karpfenfilet in den Topf legen und etwa 3 Minuten köcheln lassen, dann vom Herd nehmen und nochmals etwa 5 Minuten ziehen lassen.



AUTOR GIUSEPPE MESSINA:

Der Koch, der für seine ungewöhnlichen Texturen bekannt ist und dabei vermeintlich einfache Produkte in ganz besondere Stars auf dem Teller verwandelt. Seine Gäste lieben vor allem seine kulinarische Weltreise.

„Erlaubt ist alles was gefällt und schmeckt. Nichts muss, alles kann. Die Form kennt keine Grenzen.“

#giuseppemessina #giuseppe4437 #bayertruck