



Folge 4

IN GIN GEBEIZTER SAIBLING MIT RADIESLI, APFEL, FRÜHLINGSZWIEBELN, KRÄUTERN UND BUTTERMILCH-DRESSING

Auch an den ersten Frühlingstagen ist die landschaftliche Schönheit rund um den Haldihof am Vierwaldstättersee atemberaubend. Bruno Muff – Erfinder der Google-Maps-Karten und jetzt Biobauer – zeigt uns, wie er in seiner Brennerei arbeitet und erklärt, welche innovativen Produkte seine wirtschaftliche Basis bilden.

REZEPT VON ANNA PEARSON

Einheimischer Süßwasserfisch wird mit Gin und verschiedenen Gin-Gewürzen aromatisiert. Ein hochwertiger, lieblicher Gin wie der Rigi Dry Gin Florales von Bruno Muff vom Haldihof macht sich besonders gut.

Hinweis: Beizen ist eine Zubereitungs- und Konservierungstechnik, die Fisch Geschmack gibt und ihn haltbar macht, da das verwendete Salz dem Fleisch Wasser entzieht. Die verwendete Salzmenge, die Dicke der Fischfilets und die Dauer, während der das Fleisch gebeizt wird, müssen im richtigen Verhältnis zueinander stehen: sind die Filets zu dünn oder werden sie zu lange gebeizt, sind sie am Ende versalzen. Behalten Sie das im Hinterkopf, falls Sie am Rezept etwas ändern.

Die Fischfilets abspülen. Mit einer Pinzette alle Gräten auszupfen. Die Filets mit Haushaltspapier trockentupfen und mit der Hautseite nach unten in ein nicht-metallenes Gefäß legen, in dem alle Filets dicht nebeneinander Platz haben. Die Gewürze im Mörser zermahlen und in eine kleine Schüssel geben. Salz, Zucker, die fein abgeriebene Zitronenschale und den Gin zugeben und alles mischen. Die Masse auf den Fischen verteilen, sodass sie überall davon bedeckt sind. Mit Frischhaltefolie abdecken und ein

Für 4 bis 6 Portionen

Fisch

4 Saiblingfilets à ca. 100 g (oder Forelle, Felchen)
¼ TL Pfefferkörner
8 Wacholderbeeren
¼ TL Koriandersamen
50 g Salz
35 g Rohrzucker
Schale von ½ Zitrone
3 EL Gin

Salat

1 Bund Radiesli
1 bis 2 würzige Äpfel
1 bis 2 Frühlingszwiebeln
Dill
Schnittlauch

Dressing

2 EL Sauerrahm
4 EL Buttermilch
Salz, Pfeffer
Verjus (Saft aus unreifen Trauben oder Äpfeln, alternativ etwas Zitronensaft)
Olivenöl

zweites Gefäss auf die Fische stellen, das möglichst gross, aber kleiner als die untere Form sein soll. Beschweren (z. B. zwei 1 kg-Packungen Reis) und 24 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Die Beize gründlich von den Fischen spülen, die Filets gut trockentupfen. (In Frischhaltefolie gewickelt kann man sie bis zu 5 Tage im Kühlschrank aufbewahren.)

Die gebeizten Filets mit der Haut nach unten auf ein Brett legen und das Fleisch mit einem scharfen (Filetier)Messer in dünnen Scheiben schräg von der Haut wegschneiden. Das Radiesli-Grün abzupfen und in kaltes Wasser legen, damit die Blätter schön knackig werden. Die Radiesli in feine Stücke schneiden, den Apfel vierteln, entkernen und in feine Scheiben hobeln. Die Frühlingszwiebeln in schräge, möglichst feine Scheiben schneiden. Den Dill verzipfen, den Schnittlauch in Stücke schneiden.

Sauerrahm mit Buttermilch mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Servieren die verschiedenen Zutaten abwechslungsweise auf Tellern anrichten. Mit Dressing, Verjus und Olivenöl beträufeln. Dazu passt getoastetes Sauerteigbrot mit gesalzener Butter.



Mit Unterstützung von:

Der Coop Fonds für Nachhaltigkeit
unterstützt dieses Projekt.



Schweiz. Natürlich.

Die Arbeit von Hochstamm Suisse unterstützen: Gönnen Sie sich Genuss

Mit grosser Leidenschaft setzen sich Produzenten und Verarbeiter von Hochstamm Suisse für die Erhaltung unserer Hochstamm-landschaften ein. Aus ihrem Obst entstehen Produkte aus der Natur: auf hohen Leitern geerntet, schonend und naturbelassen verarbeitet, natürlich und -gesund.

Mit dem Kauf von Hochstamm Suisse Produkten tragen Sie dieses Engagement mit. Damit mehr Genuss von stolzen Bäume mit Tradition auf Ihren Tisch kommt.

www.hochstamm-suisse.ch
www.hochstamm-blog.ch



HOCHSTAMM
SUISSE