



BASF

We create chemistry

Hokifilet auf Spargelrisotto an Spargel-Erdbeer-Salat mit Erdbeervinaigrette, Radieschen und Schnittlauchöl



60 Minuten



4 Personen



Fisch

Zutaten

- 320 g Risottoreis
- 50 g Butter
- 600 ml Gemüsebrühe
- 80 g Parmesan, fein
- 1 Zwiebel
- 500 g Spargel, weiß
- 500 g Spargel, grün
- 240 g Frankfurter Grüne Kräuter
- 600 g Hoki Filets
- 30 g Maisgrieß
- Rapsöl
- Saft von einer Zitrone

Zubereitung

- 1) Den Risottoreis in etwas Öl im Topf anschwitzen. Die Zwiebel schälen, würfeln und zu dem Reis geben. Die Brühe in einem anderen Topf erhitzen und einen Teil zum Ablöschen des Reises verwenden. Unter ständigem Rühren nach und nach den Risottoreis garen und immer wieder mit Brühe auffüllen. Wenn der Reis gar ist, die Butter und den Parmesan dazugeben.
- 2) Den weißen Spargel schälen, die Enden abschneiden und 3 Stangen beiseitelegen. Grünen Spargel putzen und die Enden abschneiden. Den Rest schräg in Stücke schneiden. Den Spargel in etwas Öl in einer Pfanne anschwitzen und ca. 5 Min garen. Anschließend unter das Risotto geben. Mit dem Sparschäler die übrigen Stangen weiter schälen, sodass dünne Spargelstreifen entstehen. Diese als Garnitur beiseitestellen.
- 3) Die Frankfurter Kräuter waschen und mit etwas Brühe mit einem Stabmixer glatt mixen.
- 4) Das Hokifilet mit Salz und Pfeffer würzen, danach in Maisgrieß wenden. In einer Pfanne mit etwas Öl anbraten und je nach Dicke des Filets ca. 10 Min. bei 130°C im Ofen auf Umluft fertig garen.



Hokifilet auf Spargelrisotto an Spargel-Erdbeer-Salat mit Erdbeervinaigrette, Radieschen und Schnittlauchöl

Zutaten

- 500 g Erdbeeren
- ½ Zwiebel
- ½ Knoblauchzehe
- Senf
- 80 ml Essig
- 160 ml Rapsöl
- Salz, Pfeffer, Agavensirup
- 50 ml neutrales Öl
(z.B. Sonnenblumenöl)
- 60 g Schnittlauch
- 100 g Radieschen

Zubereitung

- 5) Die Zwiebeln mit Knoblauch, Senf, Essig und 100 gr Erdbeeren mixen und das Öl nach und nach einfließen lassen. Die restlichen Erdbeeren vierteln und als Garnitur beiseitestellen.
- 6) Vor dem Anrichten das Risotto leicht erhitzen und die gemixten Frankfurter Kräuter dazugeben und ggf. nochmals abschmecken. Anschließend auf dem Teller anrichten. Den Fisch aus dem Ofen auf das Risotto setzen.
- 7) Die Spargelstreifen mit den geviertelten Erdbeeren mischen und mit dem Dressing marinieren und auf dem Teller anrichten.
- 8) Für das Schnittlauchöl das neutrale Öl auf 60°C erhitzen und den gewaschenen Schnittlauch hinzugeben. Mit einem Mixer pürieren und anschließend durch ein Küchensieb abpassieren, in eine Flasche füllen und kaltstellen.
- 9) Radieschen waschen, putzen und vierteln.

Guten Appetit wünscht die BASF Gastronomie!

Weitere Rezepte finden Sie unter gastronomie.basf.de/rezepte



Unser Küchentipp

Das Schnittlauchöl bleibt im Kühlschrank aufbewahrt ca. 2 Wochen haltbar. Hier kann mit diversen Gartenkräutern variiert werden. Wie wäre es mit einer Kombination aus Petersilie, Schnittlauch und Kerbel oder doch lieber sortenrein nur Bärlauch?

