

Saltimbocca vom Seeteufel, Ratatouille und Quinoa

Für zwei Personen

Für das Saltimbocca:

1 Loin vom Seeteufel à 300 g 4 Scheiben Serrano-Schinken 5 Salbeiblätter
2 EL Olivenöl

Für das Pesto:

4 Zweige Basilikum 20 Pinienkerne 30 g Parmesan
2 Knoblauchzehen 75 ml Olivenöl Salz, Pfeffer

Für die Quinoa:

150 g Quinoa 200 ml Gemüsefond 1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian Salz Pfeffer

Für das Ratatouille:

1 Aubergine 1 Zucchini 1 rote Paprika
1 gelbe Paprika 5 eingelegte Öl-Tomaten 1 EL Tomatenmark
4 EL Olivenöl Salz Pfeffer

Für die Garnitur:

20 ml Balsamico

Für das Saltimbocca:

Den Seeteufel waschen, trockentupfen und in vier Teile schneiden. Jedes Medaillon auf eine Scheibe Schinken legen. Je ein Salbeiblatt darauf platzieren und die Medaillons in den Serrano-Schinken einwickeln. Pfanne auf halbe Hitze drehen, Olivenöl hineingeben. Dann die Medaillons vorsichtig in die Pfanne geben, und nach 3 Minuten wenden. Darauf achten, dass der Fisch glasig bleibt, der Schinken jedoch kross wird.

Für das Pesto:

Die Pinienkerne in eine kalte Pfanne geben und ohne Öl erhitzen. Herausnehmen, kurz abkühlen lassen. Pinienkerne, Basilikum, Parmesan, abgezogenen Knoblauch und Olivenöl in einen Standmixer geben und zu einer cremigen Masse pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Quinoa:

Quinoa mit Fond im Verhältnis 1:1 ca. 20 Minuten köcheln. Dabei gelegentlich umrühren. Nach 5 Minuten salzen und pfeffern. Die Zweige von Rosmarin und Thymian in den Topf geben und darin weitere 10 Minuten ziehen lassen.

Für das Ratatouille:

Für das Ratatouille von der Zucchini und der Aubergine die Schale großzügig längs abschälen. Dann in feine rautenförmige Würfel schneiden. Die gelbe und rote Paprika halbieren, das Innere entfernen, die Schale mit dem Sparschäler abschälen. Ebenfalls in Rauten schneiden. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Erst Zucchini und Aubergine anbraten, nach 2 Minuten die Paprika zugeben und durchschwenken. Eingelegte Tomaten in feine Streifen schneiden und mit dem Tomatenmark zum Ratatouille geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Auf eine rechteckige Schiefertafel die Quinoa mit kleiner Ringform zu drei Kreisen anrichten. Dazwischen in länglichen Linien das Ratatouille drapieren. Auf das Ratatouille und die Quinoa vier bis fünf kleine Saltimbocca-Pakete legen. Nun zwei kleine Pipetten, eine mit bestem Olivenöl, die zweite mit Balsamico gefüllt, in den Rucola stellen.

Christian Wemhoff am 01. Oktober 2018