



Gedämpfter Kabeljau mit Schmortomaten auf Petersilienpüree

Vorbereitungszeit: 40 Minuten

Garzeit: 25 Minuten

Für 2 Portionen:

400 g Kabeljaufilet
8 Blätter frischer Basilikum
50 g geschmolzene Butter
Meersalz

300 g Petersilienwurzeln
50 ml Sahne
25 g Butter
Meersalz

300 g Rispentomaten
3 Stck. Knoblauchzehen
3 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin
3 EL Olivenöl
Meersalz

Utensilien: Gelochte Garschale, Mixer,
kleiner Topf, kleine Auflaufform

Zubereitung:

- 1 Die Petersileinwurzeln schälen, in kleinere Stücke schneiden und in einer gelochten Garschale im DG/DGC im Menügaren weich garen.
- 2 Den Kabeljau kurz abwaschen und trockentupfen und in Stücke à 100g schneiden. Anschließend etwas Salzen. Die frischen Basilikumblätter durch die noch warme Butter ziehen und den Kabeljau damit belegen.
- 3 In einem Mixer die weichen Wurzeln zusammen mit der restlichen Butter, etwas Sahne und Salz zu einem feinen Püree verarbeiten und warm stellen.
- 4 Die Rispentomaten mit dem Olivenöl beträufeln und die zerdrückten Knoblauchzehen sowie den Kräutern im Ofen bei 120 °C nicht zu weich schmoren. (Tipp: nach 15 Minuten die Temperatur auf 75 °C herunterregeln und dann das Püree sowie die Teller zum Aufwärmen dazustellen)
- 5 Den Dampfgarer vorheizen und den Kabeljau in eine gelochte Garschale geben. Bei erreichter Temperatur die Filets in den DG geben und je nach Dicke für 3-4 Minuten dämpfen.
- 6 Alle Zutaten auf den warmen Tellern anrichten.

Einstellung:

Petersilienwurzeln

Miele DGC:

Spezialanwendung -> Menügaren -> Gemüse -> Petersilienwurzel -> Würfel -> weich

Schmortomaten

Miele Backofen:

Temperatur: 120 °C

Garzeit: 15 Minuten

Anschließend auf 75 °C herunterstellen und das Püree bzw. die Teller darin aufwärmen

Fisch

Miele DGC:

Betriebsart: Dampfgaren

Temperatur: 100 °C

Garzeit: 3-4 Minuten