

## Kabeljau mit Senfsoße und Gurkensalat

### Für 2 Portionen:

#### Für den Kabeljau:

1 Bio-Zitrone  
2 Kabeljaufilets, ohne Haut  
(à ca. 130 g, ca. 3 cm dick)  
4 Stiele Estragon  
20 g Butter  
Meersalz, fein  
Pfeffer

#### Für die Senfsoße:

3 Stiele Dill  
40 g Butter  
1 EL Mehl (Type 405)  
300 ml Gemüsebrühe  
200 g Sahne (30 % Fett)  
2 EL Honigsenf  
Salz  
30 g Macadamianüsse

#### Für den Salat:

400 g Gurke  
Salz  
Zucker  
1 kleine rote Zwiebel  
1 EL Rapsöl  
2 EL Weißweinessig

**Vorbereitungszeit:** ca. 45 Minuten

**Garzeit:** ca. 20 Minuten

### Zubereitung:

1 Für den Kabeljau Zitrone heiß abspülen, trocken tupfen und mit einem Sparschäler 4 Zesten abziehen. Kabeljau waschen und trocken tupfen. Estragon waschen und trocken schütteln. Kabeljau mit Estragon, Zitronenzesten und Butter in einen Vakuumbutel füllen und in der Vakuumschublade (Schweißstufe: 3/ Vakuumstufe: 3) luftdicht verschweißen. Dampfgarer mit der Funktion Sous-vide vorheizen (Temperatur: 50 °C) und den Kabeljau auf einem gelochten Garbehälter ca. 20 Minuten garen.

2 In der Zwischenzeit für die Soße Dill waschen, trocken schütteln und fein hacken. Butter in einem Topf zerlassen, Mehl unterrühren und leicht anrösten. Mit Gemüsebrühe ablöschen. Sahne, Senf und Dill zugeben. Mit Salz abschmecken. Anschließend Macadamianüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten.

3 Für den Salat Gurke heiß abspülen, trocken tupfen und die Enden entfernen. Gurke durch einen Spiralschneider drehen, sodass Gurkennudeln entstehen. Etwas mit Salz und Zucker würzen. Anschließend ca. 10 Minuten beiseitestellen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Gurkennudeln leicht ausdrücken, abtropfen lassen und mit Zwiebel, Öl und Essig vermengen. Mit Salz und Zucker abschmecken.

4 Kabeljau aus dem Vakuumbutel nehmen und mit Meersalz und Pfeffer würzen. Etwas Zitronenschale fein abreiben. Kabeljau mit Nüssen und Zitronenabrieb garnieren. Mit Salat und Soße servieren.

### Tipp:

Wer keinen Spiralschneider hat, kann auch für den Salat einen Sparschäler verwenden und die Gurke in dünne Streifen schneiden.

### Einstellung:

Betriebsarten: Sous-vide

Temperatur: 50 °C

Garzeit: 20 Minuten

**Utensilien:** Brett, Sparschäler, Vakuumbutel, Miele Vakuumschublade, Miele Dampfgarer, gelochter Garbehälter, Messer, Topf, Pfanne, Spiralschneider, Schüssel, Reibe