

SO SCHMECKT LEINÖL.

SPREEWÄLDER KARPENTATAR IM KARTOFFELPLINS MIT LEINÖLMARINADE

*Spreewälder
Leinöl*[®]
· FRISCH GEPRESSTES TRADITIONSÖL ·

So einfach geht's:

Zuerst das Wurzelgemüse fein hobeln, den Lauch sehr klein schneiden und mit Salz und Zucker abschmecken. In diese Masse das Karpfenfilet für 10 bis 12 Stunden einlegen. Nun das Filet sehr fein schneiden, die Spreewälder Gewürzgurke würfeln und mit Sauerrahm und Schalottenwürfeln zu einem Teig vermischen. In einer Pfanne wird dieser jetzt zu kleinen, goldgelben Plinsen gebacken. Sobald die Plinsen kalt sind das Karpentatar darauf streichen und anschließend zu einer Rolle formen. Diese in geschmolzener Butter so goldgelb braten, dass der Kern des Tatars glasig bleibt.

Nach dem Braten schneiden Sie die Plinsen in portionsweise Streifen und richten sie mit einer passenden Salatgarnitur an. Zu guter Letzt vermischen Sie das Leinöl mit dem Szechuanpfeffer und dem Curry Jaipur und träufeln diese Marinade über die Plinsen, fertig.

Guten Appetit!

ZUTATEN FÜR VIER PORTIONEN

- ▶ 500 g Wurzelgemüse (Lauch, Sellerie, Möhren)
- ▶ 320–400 g entgrätetes Karpfenfilet
- ▶ 50–60 g gekochte Kartoffeln
- ▶ 50 g flüssige Butter
- ▶ 90 g Mehl
- ▶ 200 ml Spreewälder Bio-Milch
- ▶ 100 ml Spreewälder Leinöl
- ▶ 2 mittelgroße Eier
- ▶ 1 EL Sauerrahm
- ▶ 2 Schalottenwürfel
- ▶ 1 mittelgroße Spreewälder Gewürzgurke
- ▶ Saft von einer Limone
- ▶ 1 TL Szechuanpfeffer
- ▶ 1 TL Curry Jaipur
- ▶ etwas Zucker und Salz

Rezeptempfehlung aus Libbenau

