

**Autor:** Heiko Antoniewicz



## Zutaten

### Kabeljau (Sous Vide):

4 Segmente Kabeljau à 80 g  
2 Vanilleschoten  
80 ml Sahne  
abgeriebene Schale von einer ½ Limone

### Rote Bete:

100 ml Rote-Bete-Saft  
1 TL Rote-Bete-Granulat  
1 g Agar-Agar  
etwas Wasabi  
1 Spritzer Balsamessig  
Salz

### Rote-Bete-Macarons:

100 ml Rote-Bete-Saft  
1 EL Rote-Bete-Granulat  
etwas Cumin  
10 g Albuminpulver  
1 EL Basis Textur

### Fischsauce:

1 gewürfelte Schalotte  
50 ml Olivenöl  
50 ml Weißwein  
200 ml Fischfond  
100 ml Sahne  
Schwarzkümmelöl zum Abschmecken

### Helle Vinaigrette:

30 ml Chardonnay-Essig von Forum  
20 ml Olivenöl  
40 ml Rapsöl  
30 ml Geflügelfond  
Fleur de Sel

## Zubereitung

### Kabeljau (Sous Vide):

Die Vanilleschoten längs halbieren und mit den weiteren Zutaten vakuumieren. Bei 56 °C im Sous Vide Wasserbad des **fusionchef** 15 Minute Sous Vide garen. Die Schoten entfernen und den Kabeljau salzen.

### Rote Bete:

Alle Zutaten montieren und einmal aufkochen lassen. In ein Glasgefäß gießen und kalt stellen. Bei Bedarf in Würfel schneiden und bei 90 °C warm stellen.

### Rote-Bete-Macarons:

Alle Zutaten zusammen cremig aufschlagen. Mit dieser Masse kleine Macarons auf eine Silpat-Matte spritzen. Im Trockenofen bei 50 °C mindestens 8 Stunden trocknen lassen. In einer Frischhaltebox lagern.

### Fischsauce:

Die Schalottenwürfel in etwas Olivenöl anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Den Fischfond hinzugeben, bis auf ein Minimum reduzieren und anschließend mit Sahne auffüllen. Einmal aufkochen lassen, passieren und mit dem restlichen Olivenöl montieren.

### Helle Vinaigrette:

Die Zutaten verrühren und würzig abschmecken.

### Anrichten:

Den Fisch anrichten und alle weiteren Komponenten arrangieren. Das Wheatgrass mit Gurkenstreifen fixieren, anrichten und mit der Vinaigrette beträufeln. Mit Scarlet Cress garnieren und mit der aufgeschlagenen Sauce abschließen.

Dieses Rezept wurde uns freundlicherweise vom Matthaes-Verlag aus dem Buch "Heiko Antoniewicz, Sous Vide" sowie aus dem Kalender EssensART 2012 (Fotograf Ralf Müller) zur Verfügung gestellt.

**Anrichten:**

Scarlet Cress (Hat den geschmack von Rote Bete)

Wheatgrass (Entsteht bei der Keimung von Weizen in den ersten Tagen)

Gurkenstreifen