

Sahne Heringsfilets mit Kürbisstampf und Kartoffelwürfeln

Rezept für 8 Personen

Zutaten:

16 Stck. Sahne Heringsfilets

Ca. 2kg Hokkaido Kürbis

Ca. 200gr. Kürbiskerne

Kürbiskernöl

8 Stück Äpfel

200ml Apfelsaft

800-1000 gr. blaue Kartoffeln (blauer Schwede)

Wildkräuter oder gezupfte Küchenkräuter (Dill, Kerbel, Petersilie) bzw. Kresse

Anleitung:

Den Kürbis und Äpfel waschen, halbieren bzw. vierteln, die Kerne entfernen und in spielwürfelgroße Stücke schneiden.

Den Kürbis in etwas Raps- bzw. Sonnenblumenöl auf mittlerer Stufe in einem Topf anbraten, es darf ruhig etwas an Farbe entstehen. Sobald der Kürbis etwas Farbe hat, die Apfelstücke dazugeben und mit anbraten für 2-3 Minuten, dann mit dem Apfelsaft auffüllen und weichkochen. Das Ganze mit Salz, Pfeffer, Muskat, Zucker abschmecken und wenn es weichgekocht ist grob durchstampfen.

In der Zwischenzeit die violetten Kartoffeln waschen, schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden, diese in Salzwasser kurz garen. Man kann sie entweder gekocht auf den Stampf später legen oder auskühlen lassen und später wie Bratkartoffeln knusprig braten.

Stampf, Kartoffelwürfel und Hering dekorativ auf einem Teller anrichten, dann die Kräuter waschen und trockenschleudern, anschließend mit etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren und damit das Gericht ausgarnieren.

Genusstipp:

Wer mag, kann beim Anbraten der Apfel- und Kürbisstücke Currypulver, Ras el Hanout oder andere orientalische Gewürze dazugeben. Auch Rosinen oder kleingeschnittene getrocknete Datteln passen gut zum Kürbis.

Wer sich keine extra Arbeit mit den violetten Kartoffeln machen möchte, der kann auch Kartoffelchips mit Meersalz als Crunch Effekt benutzen.