

Goldbrasse Filet mit Holländische Sauce mit Pampelmuse und Artischocken

(10 Portionen)

Zutaten

10 Goldbrasse Filets
10 Artischocken, 2 Knoblauch Zehe, 1 dl Oliven Öl, Poleiminze
190 g Geschmolzen Butter, 3 Eigelb, 3 Löffel Wasser, der Saft von halbe Pampelmuse
(für die Holländische Sauce mit Pampelmuse)
Salz

Ausrüstung

Ein Schneidebrett
Ein Messer, ein Schneebesen
Beutel für Vakuum-Kochsystem
Stimmy und Geysir
Eine Bowl
Kerntemperaturfühler

Vorgang

Die Goldbrasse Filets waschen und Trockentupfen, in Beuteln für Vakuum-Kochsystem einlegen. Den Erremix auf Dampf Modus 80°C vorheizen, dann die Goldbrasse Filets durch den Kerntemperatur für Vakuum-Kochsystem garen bis der Fühler die Temperatur von 68°C gemessen hat.

Um die Artischocken zu reinigen die externe Blättern entfernen, die Spitze abschneiden und den Stiel abschälen.

Dann die Artischocken in 2 Hälfte abscheiden und in eine Pfanne mit den angebratenen Knoblauch einlegen.

Nach einigen Minuten Wasser eingießen so dass der Pfannen Boden gedeckt ist, salzend und bis die Fertig gebraten sind, mit den Deckel abdecken.

Die gehackte Poleiminze bei geschlossene Flamme auf die Artischocken Streuchen.

In eine Bowl alle die Zutaten für die Holländische Sauce einbringen und eine Prise Salz dazu.

Alles mit den Schneebesen verrühren bis eine homogene Sauce entsteht; mit den Kochvorgang folgen in den man durch Geyser dampf einsprüht, darauf achten dass die Sauce eine Temperatur von 78°C erreicht aber nicht überschritten

Auf einen Teller den Goldbrasse Filet leicht gesalzt hinlegen, dazu Holländische Sauce und 2 Halben Artischocken.

