

Philipp Stein
Jakobsmuscheln auf Schwarzwurzel-Miso-Ragout

Dienstag, 10. Januar 2017
Rezept für 4 Personen

Zutaten

8	Jakobsmuscheln in der Schale oder frisch ausgelöst
50 g	Erdnüsse
450 g	Schwarzwurzeln
1 Spritzer	Zitronensaft
100 ml	Erdnussöl
20 ml	Weißwein
30 g	Butter
etwas	Salz, Zucker
1	Bio-Limette
1 EL	helle Misopaste
80 g	Crème fraîche
1/2 TL	Speisestärke
5	Radieschen
1 Bund	Schnittlauch
5 EL	Pflanzenöl
etwas	weißer Pfeffer aus der Mühle
1	Knoblauchzehe
1 Beet	Daikonkresse
150 g	grobes Meersalz (zum dekorativen Anrichten)



Zubereitung

1.
Die Jakobsmuscheln aufbrechen, das Fleisch aus der Schale lösen, sorgfältig unter fließend kaltem Wasser abspülen und vom Rogen befreien. Das Jakobsmuschelfleisch auf Küchenkrepp legen und kühl stellen. Schalen ebenfalls auswaschen und zur Seite stellen, sie können später zum Anrichten verwendet werden.
2.
Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.
3.
Die Erdnüsse aus der Schale brechen und auf ein Backblech legen. Im vorgeheizten Ofen ca. 8 Minuten goldbraun rösten, dann abkühlen lassen und grob hacken.
4.
Die Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser gründlich bürsten. Eine Schüssel mit Wasser und einem Spritzer Zitronensaft bereit stellen. Eine Schwarzwurzel zur Seite legen, die restlichen schälen und sofort ins Zitronenwasser legen, damit sie sich nicht verfärben.
5.
In einem Topf Erdnussöl auf ca. 160 Grad erhitzen. Die auf die Seite gelegte Schwarzwurzel schälen, bis keine Schale mehr zu sehen ist. Dann mit dem Sparschäler die Schwarzwurzel der Länge nach abschälen, sodass man mehrere lange Streifen erhält. Diese dann im heißen Fett ausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

6.

Geschälte Schwarzwurzeln in schräge Scheiben schneiden.

7.

In einem Topf Weißwein und 20 g Butter erhitzen, die schrägen Schwarzwurzelscheiben zugeben, leicht salzen und zuckern, damit sie etwas Wasser ziehen und inm eigenen Saft gar dünsten.

8.

In der Zwischenzeit die Limette heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben.

9.

Gegen Ende der Garzeit der Schwarzwurzeln die Misopaste, Crème fraîche und Limettenabrieb zugeben. Je nach Konsistenz das Ragout mit etwas Speisestärke abbinden.

10.

Radieschen putzen, waschen und in dünne Scheiben schneiden.

11.

Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Hälfte vom Schnittlauch mit 3 EL Pflanzenöl fein pürieren.

12.

Die Jakobsmuscheln auf einer Seite kreuzförmig einschneiden, damit sie beim Braten eine schönere Optik erhalten. In einer Pfanne 2 EL Pflanzenöl erhitzen, die Jakobsmuscheln salzen, pfeffern und in der Pfanne von beiden Seiten goldbraun anbraten. Restliche Butter und angedrückte Knoblauchzehe dazugeben und die Muscheln kurz in der schäumenden Butter auf den Punkt fertig garen, sie sollen innen noch leicht glasig bleiben.

13.

Vor dem Servieren Schnittlauch und die Erdnüsse unter das Schwarzwurzelragout mischen und erneut abschmecken. Kresse vom Beet schneiden.

14.

Die Muschelschalen auf das grobe Salz setzen. Das Schwarzwurzelragout hineingeben, die Muscheln daraufsetzen und mit Kresse, Radieschen, Schnittlauchöl und Schwarzwurzelchips garnieren.

Pro Portion: 638 kcal / 2672 kJ

10 g Kohlenhydrate, 11 g Eiweiß, 56 g Fett