

Bakad gös med kantarellduxelle, friterad krabba och hjärtmussel- och persiljesås. Fänkåls- och hjärtmusselterrin. Blomkålscreme och sallad.



Kategori: Varmköket
Grupp: Förrätt
Mängd: 10 pers

Ingredienser

Gös

1,1 kg gösfilé
kantarellduxelle
20 g anis- & fänkålsblandning

Kantarellduxelle

350 g kantareller
2,5 g vitlök
100 g bananschalottenlök
60 g färskost, kantarell
salt
svartpeppar
smör

Krispigt friterad krabba

25	g	färskost med pepparrot citron, zest
120	g	spindelkrabba
40	g	pilgrims musslor pepparrot, riven salt cayennepeppar tabasco
till panering:		
100	g	äggvita ströbröd vetemjöl

Hjärtmussel- och persiljesås

500	g	hjärtmusslor, färska
0,5	st	bananschalottenlök, finhackade
2	st	persiljestjälkar
0,5	st	blekselleristjälk
0,5	st	vitlösklyfta backtimjan
1	st	vitpepparkorn
3	dl	vitt vin olivolja
2	cl	grädde
2	cl	mjök
0,25	msk	maizena
2	kvist	persilja salt

Terrin

3	dl	hummerbuljong
150	g	fänkål, i bitar
50	g	hjärtmusselkött
1,5	g	agar agar
1	st	gelatinblad

Blomkålscreme

300	g	blomkål
1	g	vitlök, skalad
25	g	schalottenlök
15	g	crème fraîche
0,5	dl	grädde
4	g	salt
8	g	citronjuice
1	dl	mjök

70 g torsk, rökt

Sallad

50 g friséesallad
20 g körvel
20 g dill
10 g blommor, blandade färger
10 g rädisa, vittoppad
10 g pumpakärnor, rostade
olivolja
salt

Pepparrotssfärer

1,5 dl gräddfil
2 cl grädde
0,5 msk dijonsenap
1 cl pepparrot, färsk, finriven
0,5 st schalottenlök, liten, finhackad
citron, finrivet skal och saft
salt

Bad

1 lit vatten
5 g algin

Olja

0,3 lit olivolja

Metod

Börja med att skära ett snitt i gösen från stärten och upp mot huvudändan. Skär in till hälften av filén. Vik upp gösen och fyll den med kantarellduxellen. Strö över anis- och fänkålsblandningen där snittet har gjorts, vik över och fixera varje filé med plastfilm.

Baka av på 65 grader i varmluftsugn tills fisken når 58 grader i centrum.

Kantarellduxelle

Börja med att finhacka lök och vitlök.

Stek kantarellerna med lök och vitlök utan fett så att vätskan avdunstar, tillsätt därefter smör.

Mixa kantarellerna i en blender och stek dem ytterligare en gång.

Smaka av med salt och svartpeppar. Kyl.

Blanda kantarellerna med färskosten och tillsätt eventuellt mer salt och svartpeppar.

Krispigt friterad krabba

Börja med att skära krabban och pilgrimsmusslorna i mindre bitar.

Riv citronzest och blanda med färskosten.

Smaka av med cayennepeppar, salt, pepparrot och tabasco.

Spritsa små korvar på en plastfilm och fixera.

Baka i ugnen på 65 °C ånga till en innertemperatur av 42° C.

Kyl korvarna och skär upp och dubbelpanera.

Friterar i olja.

Blåmussel- och persiljesås

Hetta upp en vid kastrull och håll i rikligt med olivolja. Tillsätt lök, vitlök, vitpeppar och timjan.

Häll i musslorna och skaka om. Tillsätt selleri, persilja och vitt vin. Koka (ånga) tills musslorna öppnar sig.

Häll över vätskan i en annan kastrull och reducera till hälften.

Plocka ur musslorna och använd dessa i terrinen med fänkål.

Då vätskan reducerats, red med maizena. Tillsätt mjölk och grädde samt smaka av med salt.

Mixa såsen med persilja strax innan servering.

Sila och smaka av.

Terrin

Koka fänkålsbitarna mjuka i hummerbuljong. Sila.

Blanda det grovt hackade blåmusselköttet tillsammans med fänkålen.

Lägg blandningen i 110 rektangulära formar på kalla frysplåtar.

Koka ihop buljongen med agar agar. Smält ner gelatinbladen.

Häll buljongen, med hjälp av dosör, ned i de kalla formarna. Låt stelna.

Värm försiktigt vid servering.

Blomkålscreme

Börja med att skära vitlök, lök, och blomkål i mindre bitar och lägg i en kastrull. Tillsätt grädde, mjölk och hälften av saltet. Koka tills blomkålen är mjuk.

Sila och mixa med lite crème fraîche och den rökta torsken. Passera cremen genom en finsiktig sil. Smaka av med citronjuice och eventuellt mera salt. Mängden salt kan variera beroende på hur salt fisken är.

Sallad

Plocka och blanda friséesalladen, körvel, dill och blommor.

Hyvla rädisorna och blanda i dessa.

Gör 110 små nystan av salladen.

Rosta pumpakärnorna i stekpanna med ytterst lite olivolja. Salta och låt svalna.

Grovhacka pumpakärnorna och strö dem över salladsnystanen vid servering.

Pepparrotssfärer

Mixa alla ingredienser i en kannmixer. Smaka av med salt.

Sila och vacca ur luftbubblorna.

Spruta ner lagom stora droppar i alginlagen.

Låt sfärerna ligga i ca 4 min och lägg sedan över dem i vatten.

Innan servering lägg sfärerna i olivolja smaksatt med citron.

Terrin

3	lit	hummer- och saffransbuljong
1 ½	kg	fänkål, i bitar
500	g	blåmussekött
15	g	agar agar
6	st	gelatinblad

Metod

Terrin

Koka fänkålsbitarna mjuka i hummer- och saffransbuljong. Sila.
Blanda det grovt hackade blåmusseköttet tillsammans med fänkålen.
Lägg blandningen i 110 rektangulära formar på kalla frysplåtar.
Koka ihop buljongen med agar agar. Smält ner gelatinbladen.
Häll buljongen, med hjälp av dosör, ned i de kalla formarna. Låt stelna.
Värm försiktigt vid servering.