



## Entdecke hier, wie das Rezept „Gebackenes Stöckerfilet“ (Jurel asado) von Cristóbal Valido zubereitet wird

### ZUTATEN

Zutaten für das Stöckerfilet im Tintennetz mit saftigem Ackerlauch-Reis und den Aromen von Zitronengras und Kressesuppenessenz.

300 g Stöcker (Jurel)  
 3 kanarische Cherry-Tomaten  
 2 zarte Ackerlauch (Sommerknoblauch)  
 Mikrokarotten: 1 orangefarbene, 1 lila und 1 gelbe  
 2 „Papás bonitas“ (Kartoffeln einer alten, auf den Kanarischen Inseln angebauten Sorte)  
 15 g Tinte vom Tintenfisch  
 30 g Alboreo-Reis  
 20 g Kürbis  
 1 Bund Koriander  
 200 g Kresse  
 2 Mikroblätter Rote Bete  
 80 g natives Olivenöl  
 5 g Chili-Fäden  
 25 g gelbe Batate  
 35 g weiße Zwiebel  
 20 g Tomate  
 1 Knoblauchzehe  
 1 rote Paprika  
 20 g Zucchini  
 1 Halm Zitronengras  
 80 ml Fischfonds  
 12 g Maismehl  
 7 g Agar Agar (Pulver)  
 7 g Sucro oder Lecithin  
 40 ml Weißwein



## **ZUBEREITUNG**

### **Netz aus Tintenfischtinte**

Um ein Netz aus Tintenfischtinte zu bilden, geben wir die Tinte in den Fischfonds und lassen sie 2 Minuten kochen. Zur Seite stellen, bis die Mischung kalt ist.

Wenn sie abgekühlt ist, fügen wir das native Olivenöl und das Maismehl hinzu und schlagen alles im Mixer, bis eine leichte Flüssigkeit entsteht. Dann erhitzen wir eine antihafbeschichtete Pfanne auf hoher Flamme und geben so viel von der Mischung hinein, wie es der Größe des gewünschten Netzes entspricht. Wir lassen einige Minuten kochen bis sich das Öl von der Tinte trennt.

Herausnehmen und zur Seite stellen.

### **Koriander-Emulsion**

Wir brühen den Koriander 30 Sekunden lang in kochendem Wasser ab. Dann kühlen wir ihn rasch beim Herausnehmen ab, um den Kochprozess zu unterbrechen, fügen Wasser und Agar Agar hinzu und schlagen alles im Mixer, bis eine Emulsion von der Konsistenz einer Mayonnaise entsteht. Zur Seite stellen.

### **Kressecreme**

Wir stellen die Kresse mit der Batate, Zucchini, Zwiebel, dem Ackerlauch und der Paprika auf den Herd und lassen sie 25 Minuten kochen. Dann nehmen wir die Gemüsemischung vom Herd, schlagen alles im Mixer sehr fein und geben die Masse durch ein Sieb. Zur Seite stellen.

### **Zitronengras-Schaum**

Wir schlagen das Zitronengras mit 200 ml Trinkwasser im Mixer, um das Aroma maximal zu extrahieren. Dann geben wir die Flüssigkeit durch ein Sieb und fügen Sucro oder Lecithin hinzu. Zur Seite stellen.

### **Saftiger Ackerlauch-Reis**

Wir zerkleinern den Ackerlauch und dünsten ihn, dann fügen wir gleichzeitig den Reis und den gewürfelten Kürbis hinzu. Wir gießen mit Weißwein und Wasser (40 ml) auf, würzen mit Salz und Pfeffer und lassen kochen. Zur Seite stellen.



## Kanarische Tomaten

Wir überbrühen die Tomaten mit kochendem Wasser, schrecken sie ab und pellen sie, wobei der Stielansatz unverletzt bleiben soll. Wir schneiden den oberen Teil der Tomaten mit dem Stielansatz ab und nehmen die Kerne und das Tomatenmark heraus.

## Mikrokarotten und „Papas bonitas“

Beim Kochen der Karotten geben wir Acht, dass ihr Stielansatz nicht feucht wird, um ihn nicht zu beschädigen. Wir schälen die Karotten und stellen sie zur Seite. Wir kochen die Kartoffeln mit wenig Wasser und Salz (wie „Papás arrugadas“) und stellen sie zur Seite.

**Stöcker**

Wir braten den Stöcker in einer Pfanne 2 Minuten bei hoher Flamme auf der Hautseite knusprig an, salzen und pfeffern und garen ihn bei 220° C 6 Minuten weiter im Ofen. Zur Seite stellen.

## ANRICHTEN

Wir legen das Netz aus der Tintenfischfarbe auf den Teller, formen zwei Reiszyylinder und legen sie darauf (siehe Foto). Dann legen wir den Stöcker, die Karotten und die „Papas bonitas“ auf den Teller, füllen die Tomaten mit der Kressecreme, schließen sie mit dem Tomatendeckel mit dem Stielansatz und legen sie ebenfalls auf den Teller.

Wir setzen einige Tupfer Koriander-Emulsion auf, schäumen die Zitronengrasmischung mit Luft auf und platzieren sie auf dem Teller. Zum Abschluss dekorieren wir das Gericht mit den Chilifäden, dem angebratenem Ackerlauch, dem Rote-Bete-Mikroblatt und einem Vergissmeinnicht.