

Kabeljau, Orzo & Vogersalat-Haselnuss-Pesto

Fisch:
4 schöne Scheiben
von den
Kabeljauloins
Braune Butter
Salz
Deko:
2 EL [piemontesische
Haselnüsse](#)
Vogersalatröschen
Pasta:
Ca. 150 g [Orzo](#)
1 EL Crème Fraîche
Für das Pesto:
2 Handvoll Vogersalat
1 Handvoll frischer,
entstielter Spinat
Frisch geriebener
Parmesan nach Gusto
3 EL [Piemontesische
Haselnüsse](#)
3 Teile [Olivenöl Terre
dell'Abbazia](#)
1 Teil [Yuzu-Öl](#)
[Zitronenöl oder](#)
[Bergamotte-Öl](#)
1 EL entsalztes [Kapern](#)
1 TL [Knoblauchgranulat](#)
1 TL [getrocknete Minze](#)
[Pfeffer](#)
[Piment d'Espelette](#)
Ev. Salz
Limettensaft

Loins mit brauner Butter bestreichen, salzen, in eine [Backform](#) legen und diese mit Klarsichtfolie verschließen.
Das Backrohr auf 90 °C vorheizen. Den Fisch einschieben, auf 75°C zurückschalten und auf den Punkt garen. Dauert je nach Dicke des Fisches unterschiedlich lang. Beobachten!
In einer [Pfanne](#) trocken rösten, etwas salzen und für die Dekoration aufbewahren
Salat vor dem Anrichten mit hellem Essig und Öl marinieren
Nach Packungsvorschrift in reichlich gesalzenem Wasser al dente kochen, abseihen und Crème Fraîche einrühren. Etwas Kochwasser zur Regulierung der Feuchtigkeit (Nachschlag 😊 aufbewahren)
Am besten schon 1-2 Stunden vorher zubereiten weil es noch anzieht. Eventuell mit noch ein wenig Olivenöl auf die gewünschte Konsistenz bringen.
Parmesan, Nüsse, Kapern und Knoblauch (im Thermomix) zu einem feinen Granulat mixen.
Vogersalat, Spinat und einen Teil des Olivenöls und des Zitrusöls dazugeben und grob mixen.
Weiteres Olivenöl und Zitrusöl einmischen bis die Konsistenz cremig ist.
Mit Minze, ev. Salz (je nach Salzigkeit des Parmesans und der Kapern), Pfeffer, Piment d'Espelette und Limettensaft abschmecken.
In eine Schüssel füllen und abgedeckt im Kühlschrank bis 1/2 Std. vor der Verwendung aufbewahren.
Dann aus dem Kühlschrank nehmen und ev. Konsistenz mit Öl anpassen, ev. noch mit Limettensaft und Salz nachwürzen.

Anrichten

Pesto dekorativ auf dem [Teller](#) platzieren, die Pasta daran legen, den Fisch auf die Pasta legen mit etwas mariniertem Vogerlsalat und den gerösteten Haselnüssen garnieren.

Bei Tisch den Fisch noch mit etwas brauner Butter oder Zitrusöl beträufeln

