



Antwerpen - Zwischen Pommes und Pralinen entlang der Schelde

Inhalt

„Filet d’Anvers“ - Antwerpener Filet	2
Antwerpener Fischburger	4

„Filet d’Anvers“ - Antwerpener Filet

Rezept von Nathan Van Echelpoel

Gemeinsam mit dem jungen Sternekoch Nathan Van Echelpoel zaubert Björn Freitag einen Antwerpener Klassiker: Das Filet d’Anvers. Geheimtipps vom Profi inklusive.



Zutaten für 4 Personen

- 200 g Carpaccio „Filet d'Anvers“ (alternativ Rindercarpaccio)
- ½ Salatgurke
- 100 g -150g Knollensellerie (1/4)
- 1 Karotte
- 2-3 EL Vadouvan Mayonnaise (Mayonnaise mit Vadouvan-Currypulver)
- 1 Apfel (Granny Smith)
- 100 g Olivenöl mit eingelegten Kräutern
- 30 ml Apfelessig

Zubereitung

- Gurke, Karotten und Knollensellerie in feine Streifen schneiden (Julienne).
- Das Gemüse mit der Vadouvan-Mayonnaise verrühren und 24 Stunden ziehen lassen.



- Die Gemüsemischung auf das geräucherte Rinderfilet „Filet d'Anvers“ geben und wie eine Cannelloni einrollen.
- Die Rolle in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden.
- **Tipp:** Das Filet auf Frischhaltefolie legen und dann einrollen, so geht es leichter.
- Die Rollen auf einem Teller anrichten.
- Den Apfel in kleine Würfel schneiden und kurz in einer Pfanne andünsten.
- Mit Olivenöl und Apfelessig ablöschen, gut verrühren.

Anrichten

Die Apfel-Vinaigrette über die Carpaccio-Rollen träufeln und genießen.

Antwerpener Fischburger

Rezept von Timmy Bleys

Ganz versteckt auf einem Minigolf Platz in Antwerpen essen Tamina Kallert und Björn Freitag den besten Fischburger, den sie je gegessen haben.

Timmy Bleys kocht im „BunkeR“ über echtem Feuer mit viel Leidenschaft. Er versucht so wenig Food-Waste wie möglich zu produzieren.

Sein persönlicher Tipp: Für die Marinade übrig gebliebene Kräuter in Öl einlegen bis die Konsistenz eines Dressings erreicht ist und als Marinade oder Salatdressing verwenden.



Zutaten für 4 Fischburger

- 4 Burgerbrötchen

Für den Fisch

- 4 Fischfilets à 200g (z. B. fleischiger Weißfisch wie Wittling)
- 350 g Meersalz
- 150 g Zucker
- 50 ml Öl
- **Tipp:** Die Trockenbeize mit vorhandenen frischen Kräutern (Dill oder Petersilie) oder Pfeffer verfeinern.

Zubereitung

- Meersalz und Zucker mischen, optional frische Kräuter und verschiedene Pfeffersorten hinzufügen.
- Die Fischfilets großzügig mit der Mischung bestreuen, bis sie vollständig bedeckt sind.
- Für 25 min die Filets in der Beize ziehen lassen.
- Nach dem Pökeln die Filets gründlich mit kaltem Wasser abspülen und trocken tupfen.
- Die Filets in leicht schrägen Scheiben von oben nach unten schneiden

Grillen des Fisches

- Die Plancha (Grillplatte) über der Holzkohle vorheizen und mit Öl einfetten.
- Fischfilets mit Öl bepinseln und auf der heißen Plancha ca. 3-4 Minuten pro Seite anbraten. Dann sollten die Filets durchgegart und saftig sein.
- Der Fisch kann auch in einer heißen Pfanne gebraten werden.

Für die Mayonnaise

Chipotle-Mayo

- 200 g Mayonnaise
- 1 TL Chipotle-Paprika Gewürz
- Saft einer halben Limette
- 1 Knoblauchzehe

Mostrich-Mayo

- 200 g Mayonnaise
- 1 TL Dijon-Senf
- 1 TL Körnersenf
- Saft einer halben Limette
- 1-3 Stängel frischer Dill, gehackt

Zubereitung

- Chipotle-Mayo: Mayonnaise mit Chipotle-Paprika, dem Limettensaft und gepressten Knoblauch anmischen.
- Mostrich-Mayo: Mayonnaise mit Dijon-Senf, Körnersenf, dem Limettensaft und Dill anmischen.

Für den Krautsalat

- 200 g Zucker
- 200 ml Essig
- 400 ml Wasser
- 1 Prise chinesisches Fünf-Gewürze Pulver
- Optional: 1-2 frische Chili
- $\frac{1}{4}$ Weißkohl,
- $\frac{1}{4}$ Chinakohl
- $\frac{1}{4}$ Spitzkohl
- $\frac{1}{4}$ Daikon-Rettich

Zubereitung

- Weißkohl, Chinakohl und Spitzkohl mit einer Mandoline reiben oder sehr fein schneiden.
- Zucker, Essig und Wasser vermischen. Das Fünf-Gewürz Pulver und optional die Chili hinzugeben. Diesen Sud erwärmen, aber nicht kochen.
- Kohlsorten im Sud einlegen und 30 min ziehen lassen,
- Den Daikon-Rettich in dünne Scheiben schneiden und zum Kohl hinzugeben.

Für den Kräutersalat

- 60 g frische Kräuter, z. B. Dill, Petersilie, Salbei, Eisenkraut und Minze
- 60 g Rucola oder anderen Salat

Zubereitung

- Kräuter und Salat kleinschneiden.
- Kräuter und Salat miteinander vermischen.

Finale Zubereitung / Anrichten

- Burgerbrötchen in zwei Hälften schneiden und von beiden Seiten kurz über Holzkohle grillen oder tosten.
- Unterseite des Brötchens mit 2 EL Chipotle-Mayo bestreichen.
- Gegrillten Fisch auf Mayo-Schicht legen.
- Eingelegten Krautsalat und einige Rettich-Scheiben auf dem Fisch anrichten.
- Eine Handvoll Kräutersalat darauf geben.
- Zum Abschluss die obere Brötchenhälfte mit Mostrich-Mayo bestreichen und als Deckel auf das Sandwich legen.