

Soßen

Tartar Soße

1 dl Sonnenblumenöl	1 Essiggurke
1TL Zitronensaft	1 hart gekochtes Ei
1 TL Senf	1 EL Kapern
1 frisches Eigelb	1 EL Petersilie
¼ TL Salz	¼ Schalotte (nach Geschmack)

Öl, Eigelb, Zitronensaft, Senf und Salz mit dem Quirl gut verrühren. Dann langsam unter rühren das Öl zufügen bis eine dicke Mayonnaise entsteht. Nun die fein gehackten Zwiebeln, Petersilie und Kapern zugeben sowie die gewürfelte Gurke und das gewürfelte Ei unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Piment Espelette abschmecken.

Blitz Mayonnaise

Nehme einen schmalen hohen Becher in den der Stabmixer rein passt, dann die Zutaten der Reihe nach einfüllen.

1 frisches Ei, 100 ml Sonnenblumenöl, (bei mediterranen Gerichten, ein leichtes natives Olivenöl mit wenig Geschmack), 1 EL mittelscharfer Senf, 1 Spritzer Zitronensaft, Salz und Pfeffer.

Den Stabmixer eintauchen, einschalten und langsam nach oben ziehen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft noch mal abschmecken. Fertig

Vinaigrette

In einer Schüssel mit dem Schneebesen 5-7 EL natives Olivenöl mit 2 EL Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Je nach Geschmack einen 1/2 TL Dijonsenf einrühren und abschmecken. Was sich gut ergänzt ist fein gehackte Petersilie und/oder Schnittlauch. Auch ein hart gekochtes Ei gehackt kann zur Verfeinerung beitragen.

Senfsoße (für gedünsteten Fisch)

30 g Butter in einem Topf zergehen lassen, 30 g Mehl einrühren und leicht gelb anschwitzen. Zuerst kalte Milch zugeben und zu einem klumpenfreien, dünnen Brei rühren. Nach und nach 100 ml Fischfond und Sahne zugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Eine Zeit lang unter rühren weiter köcheln, damit die Soße den Mehlgeschmack verliert. Danach mit einem Schuss Weißwein, Senf (1-2 EL), Salz, Pfeffer, Muskat und einem Spritzer Zitronensaft abgeschmecken. Nun kann die Grundsoße nach Belieben mit Dill oder Petersilie abgewandelt werden.

Kapernsoße (für gedünsteten Fisch)

Grundsoße wie die Senfsoße nur ohne Senf, dafür 1-3 EL Kapern je nach Belieben.