

Knusprige Goldbrasse mit Fenchel aus dem Ofen

Für 2 Personen

2 Goldbrassen, a 300 g	2 Fenchelknollen, groß	2 Limetten, unbehandelt
200 g Mehl	50 g Ingwer	450 ml Wermut
50 ml Olivenöl	4 EL Butter	2 EL Sojasoße
4 Knoblauchzehen	4 Limettenblätter	2 Zitronengrasstengel
1 rote Chilischote	Sonnenblumenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Für die Marinade die Zitronengrasstengel zerdrücken und die Limettenblätter zerpflücken. Den Knoblauch abziehen und grob zerdrücken. Den Ingwer schälen und mit der Chilischote fein hacken. Die Limetten auspressen und mit dem Olivenöl, der Sojasoße, der Chilischote, dem Knoblauch, dem Ingwer und dem Zitronengras vermengen. Die Goldbrassen waschen, trocken tupfen, kreuz und quer einschneiden und in die Marinade einlegen. Den Fenchel putzen und die Knollen längs in Scheiben schneiden. Die Scheiben in einer Gratinform verteilen und die Butter dazwischen verteilen. Den Wermut darüber gießen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und alles mit einem nassen Stück Pergamentpapier abdecken. Anschließend den Fenchel für circa 20 Minuten in den Ofen schieben. In einen Wok das Sonnenblumenöl erhitzen. Die Brassen aus der Marinade nehmen und etwas trocken tupfen. Anschließend den Fisch in Mehl wenden, vorsichtig ins heiße Öl legen und goldbraun frittieren. Die Brassen auf einem Fenchelbett anrichten.

Max Thieme am 16. September 2010