

## Rotbarbe in Papier mit karamellisierten Karotten

### Für 2 Personen

2 Rotbarben, a 200 g	200 g Karotten	1 Zitrone, unbehandelt
1 Bund Rucola	2 Knoblauchzehen	2 EL Butter
7 EL Olivenöl	2 TL Fenchelsamen	4 Zweige Rosmarin
3 EL brauner Zucker	schwarzer Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Rosmarin zupfen und fein hacken. Den Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Den Rosmarin, den Knoblauch, vier Esslöffeln Olivenöl, Pfeffer und Salz miteinander vermengen. Die Rotbarben waschen, trocken tupfen und jeweils mit der Rosmarin-Masse füllen. Von außen mit etwas Olivenöl einreiben und mit Pfeffer und Salz würzen. Den Rucola von den Stielen befreien, waschen und trocken schleudern. Anschließend das Butterbrotpapier mit dem restlichen Olivenöl einstreichen, den Rucola darauf auslegen und die gefüllten Rotbarben oben drauf legen. Die Zitrone in hauchdünne Scheiben schneiden und jeweils drei Zitronenscheiben auf die Rotbarben legen. Anschließend die Fenchelsamen darüber streuen und den Fisch im Papier einschlagen. Die Fischpäckchen für 20 Minuten in den Ofen geben. Die Karotten von den Enden befreien, schälen und in Julienne schneiden. Einen Topf mit Wasser und einer Prise Salz aufsetzen und die Karotten darin bissfest garen. Eine Pfanne mit der Butter erhitzen und die noch bissfesten Karotten mit dem braunen Zucker darin karamellisieren. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen. Die Rotbarben in Papier mit den karamellisierten Karotten auf Tellern anrichten und servieren.

Michele Nafziger am 21. Oktober 2010