

Wolfsbarsch in einer Salz-Kruste und Blatt-Spinat

Für 2 Personen

1 Wolfsbarsch, a 600 g	5 festk. kleine Kartoffeln	300 g Blattspinat
1 Schalotte	3 Eier	1 Knoblauchzehe
1 Muskatnuss	0,5 Bund glatte Petersilie	0,5 Bund Thymian
0,5 Bund Kerbel	0,5 Bund Rosmarin	300 g grobes Meersalz
50 g Butter	Olivenöl	Pflanzenöl
Salz	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln in Salzwasser garkochen. Den Fisch von innen und außen abwaschen und trocken tupfen. Die Flossen und Kiemen abschneiden. Die Eier aufschlagen, trennen und das Eiweiß steif schlagen. Das Meersalz mit dem Eiweiß vermischen und mit circa 150 Milliliter Wasser vermengen. Das Backblech einölen und die Alufolie darauf ausbreiten. Die Salzmasse auf die Alufolie geben. Den Fisch von innen mit Salz und Pfeffer würzen und die Hälfte der Kräuter in den Fisch geben. Die andere Hälfte auf den Fisch geben und mit der Salzmasse bedecken. Die Alufolie verschließen und zum Garen in den Ofen geben. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pellkartoffeln mit etwas Rosmarin kurz anbraten. Die Schalotte abziehen, klein hacken, mit der Butter in einen Topf geben und die Schalotte glasig werden lassen. Die Knoblauchzehe abziehen und mit den Spinatblättern hinzugeben. Nach etwa fünf Minuten die Knoblauchzehe wieder entfernen und etwas Muskat über den Spinat reiben. Den Fisch, die Kartoffeln und den Spinat auf einem Teller anrichten und servieren.

Birgit Hausen am 22. Dezember 2010