

## Rotbarsch mit Gewürz-Panade und Paprika-Marmelade

### Für 2 Personen

2 Rotbarschfilets a 200 g	4 Scheiben Toastbrot	1 Ei
2 rote Paprikaschoten	2 gelbe Paprikaschoten	1 rote Peperoni
1 Zitrone	0,5 Limette	1 Knoblauchzehe
0,5 Bund Thymian	2 Msp gem. Koriander	2 Msp gem. Piment
2 Msp gem. Cumin	1 EL brauner Zucker	1 EL süßes Paprikapulver, mild
3 EL Mehl	100 ml Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Die roten und die gelben Paprikaschoten schälen. Die Paprikaschoten halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Die Paprika in Streifen schneiden. Den Knoblauch abziehen und die Hälfte in Scheiben schneiden. Die Paprika und den Knoblauch in zwei Esslöffeln Olivenöl anrösten. Den Zucker hinzufügen und karamellisieren lassen. Von der Limette die Schale abreiben und die Limette auspressen. Beides zu dem Gemüse geben. Mit dem Paprikapulver abschmecken und soweit einreduzieren, bis der gesamte Saft verkocht ist. Das Rotbarschfilets waschen, trockentupfen und salzen und pfeffern. Die Toastbrotsciben entrinden, in Würfel schneiden und fein hacken. Den Thymian und den Koriander klein schneiden. Danach mit dem Piment und dem Cumin zu den gehackten Toastbrotwürfeln geben und anschließend alles vermischen. Das Ei verquirlen. Die Fischfilets in Mehl wenden, durch das Ei ziehen und mit den Kräuter-Brotbröseln panieren. Vier Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch von beiden Seiten bei mittlerer Hitze anbraten. Das Rotbarschfilet auf Tellern anrichten, mit einem Esslöffel Olivenöl beträufeln und mit der Paprikamarmelade garnieren.

Monika Pohl am 12. Januar 2011