

Wolfsbarsch in Salz-Kruste, Tomaten-Soße, Zucchini-Gemüse

Für 2 Personen

2 Wolfsbarsch, a 500 g	300 g Tomaten	1 Zucchini, grün
1 Zucchini, gelb	1 Zwiebel	1 Limette
6 Zehen Knoblauch	5 Zweige Thymian	4 Zweige Rosmarin
1 Bund Basilikum	2 Kg Meersalz, grob	1 Prise Zucker
100 ml Fischfond	125 ml Gemüsefond	50 ml Weißwein
1 EL Butter	Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen Den Fisch in der Bauchhöhle einschneiden. Die vier Zehen Knoblauch abziehen und grob schneiden. Den Thymian und den Rosmarin zusammen mit dem Knoblauch in die Bauchhöhle legen. Den Schnitt mit mehreren Zahnstochern schließen. Auf einem Backblech das Meersalz streuen und anschließend die Fische darüberlegen, leicht andrücken und mit dem restlichen Meersalz vollständig bedecken. Den Fisch für circa 30 Minuten im Ofen garen lassen. In dieser Zeit eine Tomatensoße zubereiten. Eine Knoblauchzehe abziehen, eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und den Knoblauch darin glasig anschwitzen. Die Tomaten enthäuten, entkernen und klein schneiden und anschließend zum Knoblauch geben. Mit Thymian, Weißwein und dem Fischfond circa 15 Minuten einköcheln lassen. Den Thymian entfernen, die Soße salzen, pfeffern und abschließend passieren. Den Basilikum zupfen und darüber geben. Für das ZucchiniGemüse, die Zucchini waschen, putzen und längs in Viertel schneiden, anschließend quer in Scheiben. Die letzte Knoblauchzehe und die Zwiebel abziehen und in feine Scheiben schneiden. Die Butter in der Pfanne erhitzen, den Knoblauch und die Zwiebel dazugeben und glasig anschwitzen. Die Zucchini dazugeben, kurz andünsten und mit dem Gemüsefond aufgießen und bei mäßiger Hitze circa acht Minuten garen lassen. Die Limette auspressen und das Gemüse mit dem Saft, Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas Thymian, Rosmarin und Basilikum zupfen, fein hacken, unterziehen und dekorieren. Den Fisch auf einer großen Platte anrichten, die Tomatensoße und das ZucchiniGemüse dazu servieren.

Diana Kimmel am 13. Oktober 2011