

# Kabeljau mit Mandel-Ziegenkäse-Schaum und Gemüse

## Für zwei Personen

800 g Kabeljaufilet	1 Zucchini	2 rote Paprika
100 g Ingwer, im Stück	1 Zitrone	1 Vanilleschote
4 EL gemahlene Mandeln	100 g Mehl	3 Knoblauchzehen
2 Zweige Thymian	100 g Ziegenfrischkäse	2 EL Butter
600 ml Vollmilch	Olivenöl, Chili	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 70 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Paprikaschoten mit dem Sparschäler schälen, entkernen, klein schneiden und auf ein Backblech in den vorgeheizten Backofen legen. Zwei Knoblauchzehen abziehen, in Scheiben schneiden und zusammen mit der Milch in einem Topf erhitzen. Olivenöl und die gemahlene Mandeln unterrühren. Das Kabeljaufilet in Stücke schneiden und salzen. Das Mehl in eine Schüssel geben und die Fischstücke darin wenden. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und nacheinander die Fischfilets von allen Seiten darin anbraten. Anschließend den angebratenen Fisch in die Mandelmilch geben und zugedeckt bei milder Hitze circa drei Minuten ziehen lassen. Den Fisch aus der Milch nehmen, auf einen Teller legen, abdecken und ebenfalls in den 70 Grad warmen Ofen stellen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Ziegenfrischkäse mit einem Pürierstab unter die Milch mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vor dem Servieren nochmals pürieren, damit ein schöner Schaum entsteht. Olivenöl und einen Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen. Die übrige Knoblauchzehe abziehen, die Paprika aus dem Ofen nehmen und zusammen mit dem Thymian in der heißen Pfanne anbraten. Mit Salz, Pfeffer und zwei Teelöffeln Zitronensaft würzen. Die Zucchini waschen und in Stücke schneiden. Den Ingwer schälen und halbieren. Die Vanilleschote ebenfalls halbieren. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchini zusammen mit dem Ingwer und einer halben Vanilleschote anbraten. Den Kabeljau aus dem Ofen nehmen und zusammen mit dem Gemüse sowie dem Mandel-Ziegenkäse-Schaum auf einem Teller anrichten und servieren.

Markus Kieslich am 21. Mai 2012