

Rotbarbe mit Spargel, Kartoffel-Püree, Orangen-Curry-Soße

Für zwei Personen

Für die Rotbarbe:

2 Rotbarbenfilets à 150 g Olivenöl Salz
schwarzer Pfeffer

Für die Sauce:

3 Orangen 30 g Butter 150 ml Crème-fraîche
 $\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch 1 EL Currypulver 1 EL Zucker
Salz schwarzer Pfeffer

Für den Spargel:

300 g weißer Spargel 2 EL Butter 2 EL weißer Zucker
Salz

Für das Kartoffelpüree:

200 g mehligkochende Kartoffeln 50 g Butter 100 ml Milch
1 Muskatnuss Salz schwarzer Pfeffer

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Sauce die Butter in einer Pfanne zerlassen und mit dem Zucker karamellisieren lassen. In der Zwischenzeit die Orangen waschen, trocken tupfen und alle bis auf eine Hälfte auspressen. Die letzte Orangenhälfte wird für den Fisch verwendet. Zu dem karamellisierten Zucker das Currypulver geben und alles mit dem Orangensaft ablöschen. Die Crème fraîche hinzugeben und alles cremig reduzieren lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Spargel waschen, trocken tupfen und mit einem Spargelschäler schälen. Anschließend mit Zucker und Salz bestreuen und mit Butter bestreichen. Den Spargel doppelt in Alufolie einwickeln und bei 200 Grad für 20 Minuten im Backofen backen.

Für den Fisch die Filets waschen und trocken tupfen. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und den Fisch fünf Minuten auf der Hautseite braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Fisch anschließend wenden und glasig braten.

Für das Kartoffelpüree die Kartoffeln schälen. In einem mittelgroßen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Kartoffeln bei geschlossenem Deckel für etwa zehn Minuten garen. Die Kartoffeln anschließend abgießen, in grobe Stücke schneiden und in eine große Schüssel geben. Die Kartoffelstücke mit dem Kartoffelstampfer zerstampfen. Die Milch und die Butter hinzugeben und mit dem Pürierstab pürieren. Die Muskatnuss reiben und den Abrieb in das Püree geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Schnittlauch waschen, trocken tupfen und in kleine Röllchen schneiden.

Aus der übriggebliebenen halben Orange vier Orangenfilets schneiden.

Zuletzt die Rotbarbe zusammen mit dem Spargel, dem Kartoffelpüree und der Sauce auf zwei Tellern anrichten und servieren. Mit geschnittenem Schnittlauch und den Orangenfilets garnieren und servieren.

Annalena Jänicke am 23. April 2015