

# Wolfsbarsch, Erbsen-Zuckerschoten-Gemüse, Zitronen-Soße

**Für zwei Personen**

**Für das Wolfsbarschfilet:**

4 Wolfsbarschfilets, à 150 g mit Haut    4 EL alter Balsamico-Essig    4 EL Olivenöl

Salz    Pfeffer

**Für die Feigen mit Ziegenkäse:**

3 reife Feigen    125 g frischer Ziegenkäse

**Für das Gemüse:**

200 g Zuckerschoten    200 g tiefgekühlte Erbsen    1 Bund frische Minze

**Für die Zitronensauce:**

1 Zitrone    50 g Zucker    100 g Schlagsahne

50 ml Olivenöl    Salz    Pfeffer

**Für die Garnitur:**

1 Kopfsalatherz

Einen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen.

Backofen auf 170 Grad Grillfunktion vorheizen.

Für das Wolfsbarschfilet mit gebackenen Ziegenkäse-Feigen Fischfilets waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in der Pfanne erhitzen, Filets von jeder Seite ca 1 Minute scharf anbraten und anschließend auf ein Backblech geben.

Feigen abspülen und in Scheiben schneiden. Geschnittene Feigen mit dem zerbröselten Ziegenkäse auf die Filets legen und bei vorgeheiztem Grill knapp 5 Minuten grillen. Danach aus dem Ofen herausnehmen und mit Pfeffer betreuen und Olivenöl sowie altem Balsamico beträufeln.

Für das Erbsen-Zuckerschoten-Gemüse Minze abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden.

Zuckerschoten halbieren und mit Erbsen in kochendem Salzwasser 1 Minute blanchieren, anschließend in kaltem Wasser abschrecken und mit der Minze bestreuen.

Für die Zitronensauce Zitrone waschen, etwas von der Schale abreiben, halbieren und auspressen. 50 ml Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zitronenabrieb und 2 EL Saft zugeben. Topf vom Herd nehmen. Sahne halbsteif schlagen, vorsichtig einrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. 2/3 der Sauce in das Erbsen-Zuckerschoten-Gemüse geben und 20 Minuten ziehen lassen.

Für die Garnitur Kopfsalat waschen, trockenschleudern und auf einem Teller anrichten. Das Wolfsbarschfilet mit gebackenen Ziegenkäse-Feigen und Erbsen-Zuckerschoten-Gemüse in Zitronensauce ebenfalls auf diesem Teller anrichten und servieren.

Christian Stübinger am 23. Juni 2016