

Wolfsbarsch in Meersalz-Kruste, Grill-Gemüse, Kartoffeln

Für zwei Personen

Für den Wolfsbarsch:

1 Wolfsbarsch, 500 g	1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone
5 Eier, (Eiweiße)	1,5 kg grobes Meersalz	6 EL Mehl
1 Zweig Zitronenthymian	3 Zweige Estragon	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Liebstöckel	Fischgewürz	Salz, Pfeffer

Für das Grillgemüse:

1 Aubergine	2 Zucchini	2 rote Paprika
1 Rispe Cherrytomaten	2 Frühlingszwiebeln	1 Zehe Knoblauch
5 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Kartoffeln:

4 Neue Kartoffeln	2 EL Butter	Olivenöl, Salz, Pfeffer
-------------------	-------------	-------------------------

Für den Paprika-Dip:

$\frac{1}{2}$ rote Paprika	$\frac{1}{2}$ Zehe Knoblauch	Salz, Pfeffer
----------------------------	------------------------------	---------------

Für die Garnitur:	$\frac{1}{2}$ Zitrone	1 Zweig Rosmarin
--------------------------	-----------------------	------------------

Ofen auf 250 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Kartoffeln in einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für den Wolfsbarsch Fisch kalt abbrausen und trocken tupfen. Zitrone waschen, trocken reiben und in Scheiben schneiden. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Wolfsbarsch mit Fischgewürz, Pfeffer und Salz würzen. Petersilie, Estragon, Zitronenthymian und Liebstöckel abbrausen, trockenwedeln und Fisch mit Kräutern, Knoblauch und Zitronenscheiben füllen. Einige Zweige Liebstöckel beiseitelegen. Für die Salzkruste Eier trennen. Eiweiße, Meersalz und Mehl vermengen. Backblech mit Backpapier auslegen. Hälfte der Meersalz-Masse auf dem Backblech verteilen, restlichen Liebstöckel und Wolfsbarsch darauf legen. Wolfsbarsch mit Meersalz-Masse bedecken und bei 250 Grad 15-18 Minuten garen. Nach Ende der Garzeit aus dem Ofen nehmen und 3 Minuten ruhen lassen. Für das Grillgemüse Knoblauch abziehen, fein hacken und mit Olivenöl vermengen. Zucchini und Aubergine waschen, putzen und Enden entfernen. Zucchini und Aubergine längs in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Paprikaschoten waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und die Hälften nochmals halbieren. Tomaten und Frühlingszwiebeln waschen. Zucchini, Aubergine, Paprika, Tomaten und Frühlingszwiebeln mit Knoblauch-Öl bepinseln. In einer heißen Grillpfanne unter Wenden 6-8 Minuten grillen, zwischendurch mit dem Öl bepinseln. Mit Salz und Pfeffer würzen und Haut der Paprikaschoten nach Belieben abziehen. Für den Paprika-Dip Knoblauch abziehen und fein hacken. Paprikaschote waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und für einige Minuten zum Wolfsbarsch in den Ofen geben. Anschließend Haut abziehen und Fruchtfleisch mit Knoblauch im Mixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Garnitur Zitrone waschen, trockenreiben und in Spalten schneiden. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, Nadeln abzupfen und fein hacken. Für die Kartoffeln die Kartoffeln schälen und in kochendem Salzwasser garen. Abschütten. In einer Pfanne Butter und Olivenöl erhitzen, Kartoffeln goldgelb anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Branzino aus der Meersalz-Kruste lösen, filetieren und mit mediterranem Grillgemüse und gebratenen Kartoffeln auf Tellern anrichten, mit Zitronenspalten und Rosmarin garnieren, Paprika- Dip in einer kleinen Schale anrichten und servieren.

Brigitte Quehenberger-Spreitz am 12. September 2016