

# Wolfsbarsch, Muschel-Sud, Paprika-Relish, Zucchini-Pasta

## Für zwei Personen

### Für den Muschelsud:

3 Wolfsbarsch, à 150 g	500 g Karkassen	500 g Bouchot Muscheln
1 große Stange Porree	1 Stange Sellerie	1 Karotte
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	350 ml trockener, milder Weißwein
700 ml Fischfond	300 ml Krustentierfond	2 Lorbeerblätter
1 Zweig Thymian	2 Msp. Safranfäden, ca. 20	4 EL Olivenöl
Salz	weißer Pfeffer	

### Für das Paprika-Relish:

$\frac{1}{2}$ rote Paprika	$\frac{1}{2}$ gelbe Paprika	1 rote Zwiebel
1 Stück Ingwer	1 EL Tomatenmark	Wildblütenhonig
50 ml milder Weißwein	1 TL Koriandersamen	edelsüßes Paprikapulver
1 Lorbeerblatt	1 EL brauner Zucker	2 EL Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

### Für den Pinien-Crunch:

30 g Pinienkerne

### Für die Zucchini-Pasta:

2 Zucchini	100 g Kirschtomaten	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone (Saft)	3 EL Olivenöl	100 ml Gemüsefond
1 EL Puderzucker	Salz	weißer Pfeffer

### Für die Garnitur:

1 Zitrone, Abrieb	Dillspitzen	Salzflocken
Lavendelsalz		

## Für den Muschelsud:

Den Porree, die Karotte und die Stange Sellerie unter kaltem Wasser waschen, putzen, von Enden befreien und in Scheiben schneiden.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Karotte, Porree, Sellerie, Knoblauch und Schalotten glasig dünsten. Thymian abbrausen und trockenwedeln.

Karkassen hinzugeben und kurz mitanrösten. Mit Wein ablöschen, Safranfäden, Lorbeerblätter und Thymianzweig hinzufügen und um die Hälfte einkochen lassen. Anschließend mit Fischfond und Krustentierfond auffüllen und um die Hälfte einreduzieren lassen. Sud durch ein feines Sieb schütten und Schaum abschöpfen. Gewaschene und abgetropfte Muscheln in den Sud mit dem Fischfond geben. Mit Deckel 5 Minuten kochen lassen und gelegentlich umrühren. Vom Herd nehmen, weitere 3 Minuten ziehen lassen, bis sich alle Muscheln geöffnet haben. Die geschlossenen wegwerfen. Muscheln bis auf 8 Stück aus den Schalen lösen. Loup de Mer in den Fischsud hinzugeben und 8 Minuten ziehen lassen. Abschmecken und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen.

## Für das Paprika-Relish:

Paprika waschen, halbieren und putzen. Kerne und Scheidewände entfernen. Die Hälften fein würfeln. Zwiebel abziehen und würfeln. Ingwer schälen und fein hacken. Koriander im Mörser zerstoßen. Zwiebeln und Paprika in der Pfanne mit Sonnenblumenöl anbraten. Zucker hinzufügen und kurz schmelzen. Tomatenmark hinzufügen und kurz mit anschwitzen.

Ingwer, Koriander, Paprikapulver und Weißwein dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen, das Lorbeerblatt hinzufügen und aufkochen. Bei mittlerer Temperatur offen etwa 10 Minuten unter

Rühren weichkochen. Wenn für den eigenen Geschmack zu säuerlich ist, kann nach Belieben etwas Honig hinzugefügt werden.

**Für den Pinien-Crunch:**

Pinienkerne in eine Pfanne ohne Öl geben. Bei mittlerer Hitze Pinienkerne von allen Seiten rösten bis sie goldbraun sind.

**Für die Zucchini-Pasta:**

Zitrone halbieren und Saft auspressen. Knoblauch abziehen und andrücken. Zucchini waschen, putzen und mit dem Spiralschneider in Spaghetti schneiden. Tomaten waschen. Olivenöl in der Pfanne erhitzen und Tomaten sowie Knoblauch hineingeben. Mit Puderzucker bestreuen und karamellisieren lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und etwas einkochen lassen. Knoblauch aus der Pfanne nehmen und die Zucchini Pasta zugeben und etwas Gemüsefond aufgießen. Bei mittlerer Hitze ca.

5 Minuten unter Rühren mitdünsten. Mit Zitronensaft abschmecken.

**Für die Garnitur:**

Zitrone waschen und Schale abreiben. Dill abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Abrieb, Dill und Salz über den Fisch geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Carina Mayer-Pendl am 22. Juni 2020