

# Fisch-Tajine mit Erdnuss-Couscous

## Für zwei Personen

### Für den Fisch:

300 g fester, weißer Fisch	(z.B. Seeteufelbäckchen)	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	1 EL Harissa	1 Schuss Olivenöl
½ Bund Koriander	2 TL Kreuzkümmel	Salz

### Für die Tajine:

1 Stange Staudensellerie	1 Fenchelknolle	1 Karotte
1 Zwiebel	2 marokkan. Salzzitronen	400 g Dosentomaten
125 ml Weißwein	150 ml Fischfond	1 Schuss franz. Wermut
1 Zweig Koriander	1 Zweig Minze	1 Lorbeerblatt
2 Sternanis	2 TL Ras el Hanout	1 Prise Zimt
1 Prise Kreuzkümmel	Olivenöl	

### Für den Couscous:

120 g Couscous	60 g Erdnüsse geröstet, unges.	100 g Erdnussmus, geröstet
300 ml Geflügelfond	geröstetes Sesamöl	2 Stängel Estragon
1 Stängel glatte Petersilie	1 Zweig Koriander	Ein paar Blätter Minze
Ras el Hanout	Salz	

**Für den Fisch:** Für die Marinade Knoblauch abziehen, andrücken und hacken. Koriander abrausen, trockenwedeln und hacken. Zitrone waschen, trockentupfen und 1 EL Zeste abschneiden. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Koriander und Knoblauch mit Harissa, Zitronensaft, Zesten und Olivenöl zu einer glatten Marinade rühren. Mit Salz und Kreuzkümmel abschmecken. Fisch waschen, trockentupfen, in nicht zu kleine Stücke schneiden, in die Marinade geben und, wenn möglich, zwei Stunden im Kühlschrank marinieren.

**Für die Tajine:** Karotte waschen, trockentupfen, von Enden befreien und würfeln.

Staudensellerie putzen, vom Strunk befreien und auch würfeln. Zwiebel abziehen, in kleine Würfel schneiden und mit den Karotten- und Sellerie-Würfeln in einer Tajine (oder einem Schmortopf) in Olivenöl anschwitzen.

1,5 Salzzitronen hacken und dazugeben. Fenchel putzen, in nicht zu kleine Stücke schneiden und kurz mit dünsten. Mit Weißwein, Wermut und Fischfond ablöschen. Lorbeerblatt abzupfen und mit Ras el Hanout und Sternanis dazugeben. Flüssigkeit reduzieren und Tomaten zugeben.

Weiter Flüssigkeit reduzieren. Fischstücke (von oben) hinzugeben und ca. 6-8 Minuten garziehen. Koriander und Minze abrausen, trockenwedeln und klejn hacken. Tajine je nach Geschmack kräftig mit Salz, Zimt, Kreuzkümmel, etwas Koriander, reichlich Minze und der restlichen gehackten Salzzitrone abschmecken.

**Für den Couscous:** Petersilie und Estragon abrausen und trockenwedeln. Fond zusammen mit Petersilie, Estragon und Erdnussmus aufkochen, etwas ziehen lassen und durch ein feines Sieb passieren. Über den Couscous gießen und 15 Minuten quellen lassen, dabei warm stellen.

Koriander und Minze abrausen, trockenwedeln und klein hacken.

Erdnüsse sehr klein hacken und ganz vorsichtig salzen. Unter den Couscous mischen und mit Sesamöl, Ras el Hanout, Salz, Minze und Koriander abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Martin Steffen am 19. April 2021