

Rotbarben-Filet mit Oliven-Kräuterkruste, Artischocken

Für zwei Personen

Für die Marinade der Rotbarbe:

½ Orange, Saft, Abrieb ¼ TL Piment d'Espelette 4 EL Olivenöl

Für den Fisch mit der Kruste:

2 Rotbarbenfilets 12 grüne Oliven 2 Knoblauchzehen
2-3 EL weiche Butter 4-5 Zweige Petersilie 1-2 Zweige Thymian
6-8 EL Pankomehl

Für die Artischocken:

4 Artischocken 2 Schalotten 1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, davon Saft 1 Bund Thymian Olivenöl
Salz Pfeffer

Für das Tomaten-Concassée:

300 g Kirschtomaten 1 Schalotte 2-3 Zweige Basilikum
Salz Pfeffer

Für die Garnitur:

1-2 Blätter Basilikum

Für die Marinade der Rotbarbe:

Den Backofen auf 230 Grad Grillfunktion vorheizen.

Orange heiß abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Olivenöl mit Orangensaft, Orangenzesten und dem Piment d'Espelette zu einer Marinade mischen.

Für den Fisch mit der Kruste:

Filetstücke mit der hergestellten Orangenmarinade einreiben und auf einem mit Backpapier belegtes Backblech zugedeckt beiseitelegen.

Knoblauch abziehen. Kräuter, Oliven und Knoblauch kleinhacken und zusammenmischen.

Butter mit Panko vermischen und die gehackten Zutaten dazugeben. Die Filets mit der Kruste bestreichen und mit einer Butterflocke belegen. Im Ofen ca. 8 Minuten garen.

Für die Artischocken:

Schalotten abziehen und würfeln. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Artischocken putzen und sofort mit Zitronensaft einreiben.

Anschließend in Spalten schneiden und mit Olivenöl, Schalotten, Knoblauch und Thymian anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Tomaten-Concassée:

Tomaten kreuzweise einschneiden und mit kochendem Wasser übergießen. Sobald sich die Haut abziehen lässt das Wasser abschütten und die Tomaten enthäuten. Kerne der Tomaten entfernen und das Tomatenfleisch würfeln. Auf einem Sieb gut abtropfen lassen.

Schalotte abziehen und fein schneiden. Tomaten mit Schalotten in der Pfanne in wenig Olivenöl kurz anwärmen (die Würfel sollen noch roh sein), mit Salz und Pfeffer würzen und den kleingeschnittenen Basilikum unterziehen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Basilikum garnieren.

Tarkan Benni Özgöz am 22. Juni 2023