

Heilbutt mit Krustentier-Soße und Tomate, Avocado

Für zwei Personen

Für die Avocado:

1 reife Avocado $\frac{1}{2}$ Limette 25 ml Holunderessig
Salz schwarzer Pfeffer

Für die Guacamole:

1 reife Avocado $\frac{1}{2}$ Limette 1 Chilischote
 $\frac{1}{2}$ Bund Kerbel Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für das gelbe Tomateneis:

750 g gelbe Cherrytomaten $\frac{1}{2}$ l trockener Weißwein 250 g Zucker
Salz, Pfeffer

Für die marinierten Tomaten:

155 g rote Cherrytomaten 25 ml Holunderessig Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für den Heilbutt:

2 Heilbuttfilets, à 120 g Butter, Salz, Pfeffer

Für die Krustentiersauce:

1 EL kalte Butter 40 g Krustentierpaste 400 ml Krustentierfond
 $\frac{1}{2}$ l trockener Weißwein $\frac{1}{2}$ l Sahne Salz, Pfeffer

Die Eismaschine vorbereiten.

Für die marinierte Avocado die Avocado schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Limette waschen, halbieren und pressen. Die Avocadoscheiben auf einem Teller drapieren und mit dem Limettensaft, dem Holunderessig und Pfeffer und Salz abschmecken. Den Rest des Limettensafts aufbewahren.

Für die Guacamole die Avocado schälen, in kleine Stücke schneiden und in einer Schale zerdrücken.

Die Chilischote waschen, der Länge nach aufschneiden und von Kernen und Scheidewänden befreien. Den Kerbel waschen und trocken tupfen. Alles sehr fein schneiden.

Die feinen Chilistücke zusammen mit Salz, Pfeffer, Olivenöl, Kerbel und dem übrigen Limettensaft in die Schüssel zur Avocado geben und gut verrühren.

Für das gelbe Tomateneis die Tomaten waschen, trocken tupfen und vierteln. Den Weißwein in einem Topf erhitzen und die Tomatenstücke hinzugeben. Den Zucker hinzugeben und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die Masse durch ein Sieb passieren und in die Eismaschine geben.

Für die marinierten Tomaten die Tomaten waschen, trocken tupfen und vierteln. Anschließend mit Salz, Pfeffer, Holunderessig und Olivenöl abschmecken.

Die Heilbuttfilets trocken tupfen. Etwas Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Fischfilets von beiden Seiten darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Krustentiersauce den Fond zusammen mit der Paste in einen mittelgroßen Topf geben und mit der Sahne und dem Weißwein einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Unmittelbar vor dem Servieren kalte Butter hineingeben und mit dem Pürierstab mixen.

Die Variation von Avocado und Tomate zusammen mit den Heilbuttfilets auf Tellern anrichten und sofort servieren.

Tom Mackenroth am 21. April 2015