

Gebratene Brasse mit knackigem Fenchel-Salat

Für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Brassenfilets à 200 g	2 TL Fenchelsamen	1 getrocknete Chilischote
1 EL Balsamicoecreme	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Fenchelsalat:

2 Fenchelknollen	1 Zitrone	1 Orange
Eiswürfel	50 ml Orangenöl	200 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Fisch:

Den Fisch mit der Hautseite nach oben auf ein Brett legen, in jedes Filet sechs schräge etwa 5 mm tiefe Einschnitte schneiden. Filets mit Salz, Pfeffer, Fenchelsamen und Chili bestreuen und mit etwas Olivenöl betupfen, so dass die Gewürze am Fisch haften bleiben, Eine Pfanne erhitzen und den Fisch mit der Hautseite nach unten hineinlegen. Bei mittlere Hitze etwa 4 Minuten braten, bis die Haut goldbraun ist. Wenden und noch ca. 1 Minute weiterbraten. Fisch mit dem Balsamicoessig beträufeln.

Für den Fenchelsalat:

Mit dem Sparschäler die Fenchelknollen längs in hauchdünne Scheiben schneiden und etwa für 10 Minuten in eine Schüssel mit Eiswasser geben, bis sich die Scheiben leicht wellen und knackig sind.

Fenchelscheiben abseihen, trockentupfen und mit dem Fenchelgrün in einer Schüssel vermischen. Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen.

Fenchelsalat mit Orangenöl, Zitronensaft und Olivenöl anmachen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Orange schälen und filetieren. Orangenfilets als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Maximilian Engler für Claudio Becker am 24. Juli 2018