

Kabeljau mit Meerrettichkruste, Rotgarnele. Fenchel

Für zwei Personen

Für den Kabeljau:

2 Stücke Kabeljaurücken à 100 g 1 Zitrone 2 EL Butter

Für die Meerrettichkruste:

1 Stange Meerrettich 100 g Meerrettich 2 Eier
100 g Butter 100 ml Sahne 1 TL mittelscharfer Senf
3 EL Butter 150 g Panko Salz, Pfeffer

Für die Garnelen:

1 Knoblauchzehe 4 Rotgarnelen 4 Kirschtomaten
2 EL Olivenöl ½ Chili 1 Scheibe Ingwer

Für die Zitronen-Senf-Sauce:

200 ml Sahne 1 Ei (Eigelb)
100 g mittelscharfen Senf 1 Zitrone 2 g Safranfäden
3 Zweige Liebstöckl 200 ml H-Milch 3,5% Salz, Pfeffer

Für das Gemüse:

1 Orange 1 roter Chicorée 1 weißer Chicorée
1 Bund Olivenkraut 1 Zitrone 1 Fenchelknolle
100 ml Olivenöl 1 Prise Zucker

Für die Garnitur:

2 kleine Kirschtomaten 2 Zweige Dill

Für den Kabeljau: Kabeljau waschen und trocken tupfen. Zitrone halbieren und den Kabeljau damit beträufeln, salzen. Backblech mit Butter einstreichen und den Fisch darauf legen.

Für die Meerrettichkruste: Den Backofen auf 230 Grad Grillfunktion vorheizen. Eier aufschlagen. Sahne zugeben und 2 EL Meerrettich aus dem Glas. Frischen Meerrettich raspeln und ein wenig davon dazugeben. Senf dazugeben. Leicht salzen und pfeffern. Panko zugeben und alles gut vermischen. 2 EL Butter unterkneten. Masse auf den Kabeljaustücken verteilen. Noch ein paar kleine Butterflöckchen darauf verteilen und für etwa 6 Minuten in den Ofen geben. Wenn die Kruste knusprig ist, den Herd auf 60 Grad stellen und warmhalten.

Für die Garnelen: Garnelen von Kopf und Schale befreien, den Darm entfernen und von der dicken Seite bis kurz vor dem Schwanz einschneiden. Olivenöl erhitzen, Knoblauchzehe, Ingwerscheibe und Chilischote hinein geben. Die Garnelen salzen, in die Pfanne legen und ganz kurz anbraten bis sie sich zum „Schmetterling“ formen. Herausnehmen und auf die fertigen Kabeljaustücke im Ofen legen.

Für die Zitronen-Senf-Sauce: Ei trennen. In einen Topf Sahne, Eigelb, mittelscharfen Senf, Zitronenabrieb und Zitronensaft geben; leicht salzen und pfeffern. Safran in etwas Wasser auflösen und Liebstöckl kleinschneiden. Alles gut mit dem Schneebesen aufschlagen. Unter ständigen Rühren auf dem Herd erhitzen bis es kurz aufkocht. Von der Platte nehmen und Milch einrühren. Kurz vor dem Servieren gut aufmixen.

Für das Gemüse: Fenchel und den Chicorée in kleine Streifen schneiden. Fenchelgrün und Olivenkraut feinhacken. Etwas Olivenöl in die Pfanne geben und die Fenchel und Chicorée darin kurz andünsten. Die Hälfte des Fenchelgrüns und des Olivenkrauts zugeben und kurz mitdünsten. Den Rest für die Garnitur aufbewahren. Das Gemüse sollte noch knackig sein. Mit Knoblauch, Pfeffer und Salz würzen und mit Zucker, Orangen und Zitronensaft abschmecken.

Für die Garnitur: Die Kirschtomaten in den Ofen legen, damit sie warm werden. Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Tomaten und Dill garnieren und servieren.

Wolfgang Domma am 12. Juni 2019