

Rotbarbe auf Curry-Fenchel-Salat

Für 4 Personen

3 Fenchelknollen	Meersalz	1 Zitrone
20 g Ingwer	150 g Zucker	600 ml Wasser
150 ml Champagneressig	1 Zimtstange	2 EL Senfkörner
3 Gewürznelken	1 Wacholderbeere	1 Lorbeerblatt
1 TL Currypulver	1 Msp. Kurkuma	1 mehlig. Kartoffel
ca. 100 ml Maiskeimöl	100 g Weißbrot	6 EL Olivenöl
50 g Sepia Tinte	4 Rotbarben, geschuppt (à 200 g)	Pfeffer
1 Spritzer Zitronensaft	1 EL Butter	1/2 Bund Dill

Für den Fenchelsalat die Fenchelknollen waschen, das Fenchelgrün beiseite stellen. Dann mit der Aufschnittmaschine in hauchdünne Scheiben schneiden, leicht salzen, gut durchkneten und die austretende Flüssigkeit abgießen. Von der Zitrone den Saft auspressen. Ingwer schälen. Zucker mit Wasser, 150 ml Champagneressig, Zitronensaft, Ingwer, Zimtstange, 5 Senfkörnern, Gewürznelken, Wacholderbeeren, Lorbeerblatt, Curry und Kurkuma in einem Topf aufkochen. Die Kartoffel schälen und in den Sud hineinreiben. Alles gut durchkochen lassen, anschließend durch ein Sieb passieren, abschmecken und nach und nach das Maiskeimöl unterrühren. Die Marinade noch warm unter den vorbereiteten Fenchel mischen. Restliche Senfkörner mit 1 EL Essig in eine kleine Kasserolle geben, mit Wasser bedecken und kräftig aufkochen lassen. In einem Sieb kalt abschrecken, abtropfen lassen und unter den Fenchelsalat mischen. Diesen unter gelegentlichem Durchmischen abkühlen und durchziehen lassen. Brot in 1 cm große Würfel schneiden und in einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl zu knusprigen Croûtons braten, leicht salzen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Den Backofen auf 200 Grad Oberhitze vorheizen. Für das Sepia-Öl die Tinte mit 2 EL Olivenöl verrühren. Die gut geschuppten Rotbarben filetieren. Die Filets mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. 2 EL Olivenöl und Butter in eine kalte Pfanne (mit hitzebeständigem Griff) geben, die Rotbarbenfilets mit der Hautseite nach unten hineinlegen und in etwa 2 Minuten im vorgeheizten Backofen bei Oberhitze garen, bis die Filets schön glasig sind. Dill und Fenchelgrün abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Unter den Fenchelsalat mischen und nochmals abschmecken. Salat auf Teller verteilen und die Rotbarbenfilets darauf anrichten, mit dem Sepia-Öl garnieren und mit den Croûtons bestreuen.

Frank Buchholz am 11. Juli 2014