

Wolfsbarsch-Filet im Bananen-Blatt mit Gewürz-Risotto

Für 2 Personen

600 g Wolfsbarschfilet, mit Haut	120 g Risottoreis	1 großes Bananenblatt
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 unbehandelte Limette
1 rote Chilischote	20 g Ingwer	30 ml Sojasoße
400 ml Geflügelfond	30 g kalte Butter	30 g Parmesan
75 ml trockener Weißwein	2 Kardamomkapseln	1 Zimtstange
1 TL Korianderkörner	1 TL Kurkuma	5 Zweige Koriander
50 ml Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Elektrogrill vorheizen. Den Geflügelfond in einem Topf erhitzen. Die Gewürze in einem Mörser grob stoßen und mit dem Geflügelfond in einem Topf einmal aufkochen lassen. Die Limettenschale grob abschälen. Die Chilischote längs aufschneiden, entkernen und klein hacken. Den Ingwer schälen, die Korianderblätter abzupfen, zwei Blätter beiseitelegen, und beides klein schneiden. Anschließend das Ganze mit der Sojasoße mischen. Das Bananenblatt über eine Herdplatte oder einem Elektrogrill ziehen, bis es glänzt. Anschließend halbieren. Das Fischfilet waschen, trocken tupfen, halbieren und in der Marinade wenden. Anschließend jeweils auf ein Stück des Bananenblattes geben und mit der restlichen Marinade beträufeln. Die Bananenblätterhälften über den Fisch legen, so dass ein Päckchen entsteht und mit Küchengarn fixieren. Anschließend auf dem Grill von beiden Seiten etwa zwei Minuten angrillen, anschließend bei milder Hitze weitere fünf Minuten garziehen lassen. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Den Parmesan fein reiben. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, die Schalotten und den Knoblauch darin andünsten. Den Reis zufügen und unter Rühren glasig dünsten. Anschließend den Weißwein dazu gießen, bei milder Hitze unter Rühren einkochen lassen, $\frac{1}{4}$ des heißen Gewürz-Fonds dazu gießen und den Reis unter ständigem Rühren so lange garen, bis die Körner die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen haben. Diesen Vorgang wiederholen, bis der Fond aufgebraucht ist. Abschließend den Risotto mit Salz und Pfeffer würzen, den Topf vom Herd nehmen und die gewürfelte kalte Butter und den Parmesan untermischen. Die Bananenpäckchen öffnen, mit dem Risotto auf Tellern anrichten und mit dem übrigen Koriander garnieren.

Johann Lafer am 08. Juli 2011