

Kabeljau auf Kopfsalat mit Speck und Grenobler Soße

Für zwei Personen

2 Kabeljaufilets, à 150 g	2 Scheiben Bauchspeck	1 Kopfsalat
1 Gurke	1 Tomate	1 Schalotte
1 Zitrone	0,5 Bund Schnittlauch	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	1 hart gekochtes Ei	1 EL Kapern
Butter, Olivenöl, Salz	Zucker, Cayennepfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kabeljaufilets waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in dem Olivenöl auf der Hautseite anbraten. Anschließend für sechs bis acht Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Die Schalotte abziehen, klein schneiden und in der Butter anschwitzen. Die Kopfsalatblätter waschen, zerkleinern, hinzugeben und das Ganze langsam schmoren, anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zitrone waschen und Filets aus der Zitrone schneiden. Die Gurke und die Tomate waschen, schälen und in feine Würfel schneiden. Den Schnittlauch waschen und fein hacken. Das gekochte Ei klein hacken. Die Zitronenfilets mit der Gurke, den Kapern, dem klein gehackten Ei, den Tomaten, dem Schnittlauch und Olivenöl vermischen. Anschließend den Thymian und den Rosmarin waschen und fein hacken. Die Sauce mit dem Thymian, Rosmarin, Cayennepfeffer und Zucker würzen. Den Speck in einer Pfanne auslassen, bis dieser kross ist. Den Fisch aus dem Ofen nehmen und mit dem geschmorten Salat auf einem Teller anrichten, mit dem Speck und der Grenobler Sauce garnieren und servieren.

Ali Güngörmüs am 24. Mai 2013