

Wolfsbarsch aus der Salzkruste

Für zwei Personen

1 Wolfsbarsch, entschuppt, 1 kg	$\frac{1}{2}$ Zitrone, ganze Frucht	4 Eier
3 Zweige glatte Petersilie	3 Zweige Estragon	3 Zweige Kerbel
3 Zweige Basilikum	2 EL Mehl	1 EL Stärke
1,5 kg grobes Meersalz		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Alle Flossen mit einer Schere abschneiden. Anschließend den Fisch mit Petersilie, Basilikum, Kerbel und Estragon füllen. Zwei Scheiben der Zitrone abschneiden und mit in den Fisch geben. Aus Meersalz, Eiern, Mehl und Stärke in einer Küchenmaschine eine Salzmasse anmischen.

Ggf. noch etwas Stärke und Mehl hinzugeben, wenn die Konsistenz zu flüssig ist. Ein Backblech mit dem Boden nach oben drehen und mit Alufolie auslegen. Einen Teil der Masse auf dem umgedrehten Backblech verteilen, Fisch darauf legen und Fisch mit der restlichen Masse gleichmäßig und mit Hilfe einer Teigkarte komplett eindecken.

Fisch im Salzmantel im Ofen für 25-30 Minuten garen. Je nach Größe des Fisches kann die Garzeit variieren! Anschließend aus dem Ofen nehmen, Salzkruste aufbrechen und Fischfilets auslösen.

Cornelia Poletto am 27. Juni 2024