

# Wolfsbarsch mit Chorizo-Sud, Paprikagemüse

**Für zwei Personen**

**Für das Paprikagemüse:**

1 rote Paprikaschote

**Für den Wolfsbarsch:**

1 kl. Wolfsbarsch                      300 g grobes Meersalz

**Für den Chorizo-Sud:**

1 Chorizo                                      1 Zwiebel                                       $\frac{1}{2}$  Zitrone, Saft, Abrieb

100 ml Sahne                                      30 ml Wermut                                      150 ml Fischfond

Pflanzenöl                                      1 Msp. Safranfäden                                       $\frac{1}{2}$  TL Fenchelsamen

$\frac{1}{2}$  TL Togarashi                                      1 TL Zucker                                      Salz, Pfeffer

**Für die Fertigstellung:**

2 Zweige Dill                                      2 Zwg. glatte Petersilie

**Für das Paprikagemüse:**

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Paprika vierteln, entkernen und auf dem Ofenrost garen bis die Haut leicht schwarz wird. Paprika aus dem Ofen nehmen und sofort mit einem feuchten Geschirrtuch bedecken. Dadurch lässt sich die Haut der Paprika besser lösen. Paprika von der Haut lösen und in Streifen schneiden.

**Für den Wolfsbarsch:**

Fisch von der Gräte lösen, filetieren und Gräten ziehen. Grobes Meersalz in eine Gusseisenpfanne geben, erhitzen und die Fischfilets mit der Hautseite nach unten darauf platzieren. Fisch auf dem Salzbett bei mittlerer Temperatur und geschlossenem Deckel garen. Fisch kurz vor Garende auf die Fleischseite wenden und 1 Minute garen. Vor dem Servieren das Fischfilet von der Haut lösen.

**Für den Chorizo-Sud:**

Chorizo in Scheiben schneiden und in einer beschichteten Pfanne auslassen, dabei einmal wenden. Wurst mit einer kräftigen Prise Zucker karamellisieren. Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Halbmonde schneiden. Zwiebeln in Pflanzenöl in einer Sauteuse anschwitzen und mit Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer würzen. Fenchelsamen, Togarashi und Safran hinzugeben und mit den Zwiebeln vermengen. Mit Fischfond und Wermut ablöschen. Chorizo aus der Pfanne nehmen, kurz abkühlen lassen und fein hacken und beiseitestellen. Den Bratensatz von der Wurst mit Sahne ablöschen. Den Sud dann in den Saucenansatz geben.

Mit Zitronensaft abschmecken.

**Für die Fertigstellung:**

Paprikastreifen mit der gehackten Chorizo vermengen und auf einen Teller geben. Gergartes Fischfilet darauf platzieren und den Chorizo-Sud mit den Zwiebeln auf den Fisch geben, mit gezupften Kräutern garnieren und servieren.

Björn Freitag am 10. April 2025