

Warmes Wolfsbarsch-Carpaccio mit Soße a la Porquerolaise

Für 4 Personen

Carpaccio:

0,5 Limone	80 ml Olivenöl, fruchtig	1 kg Wolfsbarsch, mit Haut
Pfeffer, schwarz	Meersalz	

Couscous:

150 g Couscous (moyen)	280 ml Gemüfefond	80 g Tomatenwürfel, abgezogen
2-3 Blättchen Majoran	Estragon	Thymian
Basilikum	Raz-el-Hanout	Koriander
Pfeffer, schwarz	Chili	Meersalz

Sauce:

0,5 Orange	0,5 Zitrone	150 ml Olivenöl
30 g Karotten	30 g Lauch	30 g Fenchel
30 g Schalotten	30 g Staudensellerie	60 g Tomatenfilets
1 Zehe Knoblauch	10 ml Wermut	10 ml Orangensaft, frisch
400 ml Fischfond	2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
0,5 Lorbeerblatt	1 TL Blattpetersilie	1 TL Minze
1 TL Estragon	3 EL Tomatenwürfel	Safran
Meersalz, grob	Pfeffer, schwarz	Chili

Carpaccio: Den Saft der Limone auspressen, mit Olivenöl und etwas Salz und Pfeffer vermengen. Den Teller damit einpinseln. Mit einem ganz scharfen Messer feine Scheibchen vom Loup de mer abschneiden (dabei den Fisch von der Haut lösen), auflegen, dünn mit der Olivenöl-Marinade bepinseln und dann den ganzen Teller mit Klarsichtfolie bedecken.

Couscous: Den Couscous mit den Gewürzen mischen, den kalten Gemüfefond dazugeben und 20 Minuten ziehen lassen. Der Couscous sollte noch Biss haben, aber nicht zu hart sein. Bei Bedarf noch etwas Brühe nachgießen und erneut quellen lassen. Kurz vor dem Anrichten den Couscous in einer heißen Pfanne schwenken und mit den Tomatenwürfeln, Majoran und jeweils einem Teelöffel fein geschnittenen Estragon, Thymian und Basilikum mischen. Nochmals vorsichtig mit einer großen Prise Raz el Hanout abschmecken.

Sauce: Die Schale der Orange und der Zitrone abreiben. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Karotten, Lauch, Fenchel, Schalotten, Sellerie, Tomaten und Knoblauch darin anschwitzen. Mit Wermut ablöschen, den Orangensaft dazugeben und mit Fischfond aufgießen. Thymian, Rosmarin, Lorbeerblatt, Orangen- und Zitronenschale sowie etwas Safran dazugeben. Bei geringer Hitze köcheln lassen, bis das Gemüse weich, aber nicht verkocht ist. Kräuterzweige, Lorbeerblatt und die Zitruschalen entfernen. Mit einem Mixstab anmixen, so dass die Sauce eine leichte Bindung erhält, ein Teil des Gemüses aber noch erkennbar ist. Mit Meersalz, grobem schwarzem Pfeffer und ganz wenig Chili abschmecken. Direkt vor dem Servieren die fein geschnittenen Kräuter und die Tomatenwürfel dazugeben.

Anrichten: Die Teller mit dem abgedeckten Loup de mer an einem warmen Ort oder im Backofen bei höchstens 50 Grad circa zehn Minuten stehen lassen. Die Folie entfernen, dann das Couscous darauf geben und die Sauce über das warme Carpaccio gießen. Mit etwas fein gehacktem Fenchelkraut garnieren.

Johannes King am 09. September 2011