

Gebratener Rotbarsch auf Kräuter-Nudeln

Für vier Personen

4 Rotbarschfilets, à 150 g	1 Zitrone, unbehandelt	3 EL Mehl
2 EL Butterschmalz	500 g Tagliatelle	250 g Bohnen, grün
120 ml Olivenöl	50 g Pecorino, am Stück	50 g Parmesan, am Stück
2 Knoblauchzehen	1 Bund Petersilie, glatt	2 Bund Basilikum
50 Pinienkerne	Meersalz	Salz, Pfeffer, schwarz

Die Nudeln nach Packungsanweisung in kochendem Salzwasser zubereiten. Währenddessen die Rotbarschfilets abbrausen, trocken tupfen und in acht Tranchen schneiden. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Die Rotbarschfilets beidseitig mit Meersalz sowie Pfeffer würzen, mit dem Zitronensaft beträufeln und in dem Mehl wenden. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Das Basilikum und die Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Den Knoblauch schälen und ebenfalls hacken. Anschließend alles miteinander verrühren und drei Esslöffel von der Pinienkern-Mischung zusammen mit einem halben Teelöffel Salz in einer Küchenmaschine zerkleinern. Den Pecorino sowie den Parmesan fein reiben. Das Ganze anschließend in einer Schüssel mit dem Olivenöl und dem geriebenen Käse verrühren. Die Bohnen putzen, je nach Größe halbieren oder dritteln und in kochendem Salzwasser etwa fünf Minuten blanchieren. Anschließend abgießen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Kurz vor Ende der Garzeit der Nudeln vier Esslöffel des Nudelwassers in eine heiße Pfanne geben und die Bohnen hinzufügen. Danach die Nudeln abgießen, abtropfen lassen und in der Pfanne mit den Bohnen sowie dem Pesto schwenken. Das Butterschmalz in einer weiteren Pfanne erhitzen und die Rotbarschfilets darin beidseitig etwa vier Minuten goldbraun braten. Die Kräuternudeln auf Tellern verteilen und je zwei Stück Fisch darauf anrichten. Mit den übrigen Pinienkernen garnieren und servieren.

Horst Lichter am 05. Mai 2012