

# Wolfsbarsch mit Orangen-Fenchel und Pfeffer-Schaum

## Für vier Portionen

2 Wolfsbarsche ca. 800 g	2 Zitronen, unbehandelt	1 Bund Zitronenthymian
3 Knoblauchzehen	1 Stange Lauch	1/2 Knolle Sellerie
5 EL Olivenöl	2 Knollen Fenchel	1 TL Fenchelsamen
1 EL Zucker, braun	4 Orangen	90 g Butter
1 Schalotte	1 EL Pfeffer, eingelegt, grün	50 ml Portwein, weiß
50 ml Weißwein	150 ml Fischfond	100 ml Sahne
Meersalz	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Lauch und den Sellerie waschen, schälen und grob würfeln. Den Wolfsbarsch innen und außen gründlich waschen. Die Flossen abschneiden. Anschließend eine Zitrone in Scheiben schneiden und die Knoblauchzehen halbieren. Den Fisch von innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen und mit den Zitronenscheiben, den Thymianzweigen sowie den halbierten Knoblauchzehen füllen. Auf ein Backblech legen, das Gemüse herum verteilen und mit Olivenöl beträufeln. Im Backofen etwa 40 Minuten garen. Den Fenchel putzen, waschen, in dünne Spalten schneiden und das Fenchelgrün fein hacken. Die Fenchelsamen mithilfe eines Stößels im Mörser grob zerstoßen. Drei Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, den Fenchel samt der gestoßenen Fenchelsamen darin anbraten. Mit etwas Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Zwei Orangen auspressen und den Saft zum Fenchel geben. Bei mittlerer Hitze weich garen. Den Fenchel mit Salz und Pfeffer würzen. 30 Gramm kalte Butterwürfel hinzufügen und den Sud damit binden. Die beiden restlichen Orangen filetieren und die Filets mit dem Fenchelgrün unter den fertigen Fenchel mischen. Die Schalotte schälen und klein würfeln. Die Schalotte und den grünen Pfeffer in 30 Gramm Butter in einer Pfanne anschwitzen. Mit dem Portwein und Weißwein ablöschen. Den Fischfond zugeben und auf die Hälfte einkochen lassen. Die Sahne hinzufügen, aufkochen lassen. Die Petersilie zugeben und alles fein pürieren, so dass die Pfefferkörner zerkleinert werden. Die übrige Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Anschließend die Soße mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken und mit 30 Gramm kalter Butter aufmixen. Nach Belieben nochmals ganze grüne Pfefferkörner zugeben. Den Wolfsbarsch filetieren, dafür die Haut entfernen und die Filets von den Gräten heben. Die Fischfilets mit dem Fenchel auf Tellern anrichten, mit der Soße beträufeln und mit Meersalz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

Johann Lafer am 25. August 2012