

Saibling mit Stauden-Sellerie-Kapern-Salat

Für 4 Personen

Salat:

1 kl. Staudensellerie 1 EL kl. Kapern 2 EL Zitronensaft
Salz, Pfeffer, Zucker 4 EL Olivenöl

Saibling:

1 TL weiche Butter Salz, Pfeffer 2 EL Zitronensaft
4 Saiblingsfilets a 100 g Zatar

Petersilien-Kartoffeln:

4 Kartoffeln, festk. 1 Bd. Petersilie 1 EL geröst. Pinienkerne
100 ml Olivenöl

Garnitur:

Saiblingskaviar

Salat: Den Sellerie waschen und entfädeln, das Grün abschneiden und beiseitelegen. Die Selleriestangen schräg in 1-2 cm große Stücke schneiden. Die Stücke 2-3 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken und in einem Sieb abtropfen lassen.

Selleriestücke und Kapern in einer Schüssel vermischen. Zitronensaft, je 1 Prise Salz, Pfeffer und Zucker sowie das Öl zu einem Dressing verrühren und unter die Selleriemischung mengen. Das Selleriegrün grob hacken und untermischen.

Tipp: Wer Sellerie nicht mag, kann den Fisch auch auf Blattspinat servieren.

Auch Feldsalat und Rucola schmecken gut dazu.

Saibling: Den Backofen auf 90 Grad Umluft vorheizen. Einen Teller mit der Butter bestreichen, mit etwas Salz und Pfeffer bestreuen und mit dem Zitronensaft beträufeln. Die Saiblingsfilets waschen, trocken tupfen, darauf legen und mit Frischhaltefolie abdecken. Die Fischfilets im Ofen auf der mittleren Schiene 8-10 Minuten garen. Den Fisch aus dem Ofen nehmen und mit Salz und Zatar würzen.

Tipp: Zatar ist eine Gewürzmischung aus der nordafrikanischen Küche.

Hauptzutat sind die getrockneten Blätter des wilden Thymians, auch Sesamsaat und Sumach gehören in die Mischung (Sumach ist ein beliebtes Tischgewürz in der Türkei). Sie verleihen dem Fisch eine fein- säuerliche Kräuternote.

So können Sie Zatar selbst machen.

1 $\frac{1}{2}$ EL Sesam in einer Pfanne rösten und abkühlen lassen. Sesam mit 3 EL Thymian (gerebelt), 2 $\frac{1}{2}$ TL Sumach und $\frac{1}{2}$ TL Meersalz in einen Mörser geben und fein zermahlen.

Petersilien-Kartoffeln: Petersilie, Pinienkerne und Olivenöl zu einer Art Pesto pürieren.

Kartoffeln quer halbieren, mit einem Ausstecher auf der Schnittfläche mittig ein Loch/Mulde ausdrehen. Kartoffeln mit der Schnittfläche in Rapsöl goldgelb ausbraten, mit der Mulde nach unten. Danach die Petersilienfüllung in die Mulde geben.

Anrichten: Den Sellerie-Kapern-Salat auf Tellern verteilen. Die Saiblingsfilets darauf anrichten und mit je 1 TL Saiblingskaviar garnieren. Kartoffeln mit der gefüllten Fläche nach oben anlegen und gleich servieren.

Ali Güngörmüs am 13. Januar 2021