

Heilbutt im Ofen pochiert mit Sellerie-Apfel-Süppchen

Für zwei Personen

400 g Heilbuttfilet	1 Zitrone	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian
1 Knoblauchzehe	6 Stangen Staudensellerie	1 grüner Apfel
2 Scheiben Toastbrot	250 ml Olivenöl	1 TL Xanthan
Pflanzenöl	Meersalz, Pfeffer	

200 Milliliter Olivenöl in einem kleinen Topf auf dem Herd erwärmen, die Schale der Zitrone sowie den Thymian und den Knoblauch zugeben. Den Topf vom Herd nehmen und darin ziehen lassen. Die Rinde vom Toastbrot entfernen, das Brot in feine Würfel schneiden, in einer Pfanne mit Pflanzenöl goldbraun frittieren und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Den Apfel schälen, in feine Würfel (wie die Croutons) schneiden und mit einigen Spritzern Zitronensaft beträufeln. Das Xanthan mit kaltem Wasser mischen und mit einem Pürierstab aufmixen, bis keine Klümpchen mehr sichtbar sind und das Wasser zu einem durchsichtigen „Gel“ geworden ist. Die Blätter vom Staudensellerie entfernen und auf die Seite legen. Die Selleriestangen entsaften, mit einer Prise Salz würzen und etwa zwei bis drei Esslöffel des gemixten Xanthans mit einem Schneebesen einrühren, bis der Sud anfängt zu binden. Anschließend mit einem Schuss Olivenöl, einigen Tropfen Zitronensaft und ggf. nochmals einer Prise Salz abschmecken. Das Heilbuttfilet in fingerdicke Scheiben schneiden, auf ein mit etwas Pflanzenöl bestrichenes Blech setzen und mit einem Bunsenbrenner rösten, bis es braun ist. Anschließend den Fisch kurz mit dem Kräuteröl marinieren und großzügig mit dem Meersalz und schwarzem Pfeffer bestreuen. Zum Anrichten die Croutons mit zwei Drittel der Apfelwürfel mischen und drei Häufchen davon auf jedem Teller verteilen. Den gerösteten Fisch darauf legen, auf jedem Teller fünf bis sechs Esslöffel Selleriesud angießen, den Fisch nochmals mit dem aromatischen Öl beträufeln und mit den Blättern vom Staudensellerie sowie den restlichen Apfelwürfeln garnieren.

Alexander Herrmann am 30. Januar 2015