

Blue-Marlin-Steak mit Meeresbohnen-Gemüse

Für zwei Personen

| | | |
|--------------------------|------------------------|--------------------------|
| 2 Steaks vom Blue-Marlin | 150 g Meeresbohnen | 400 g Sellerieknollen |
| 1 rote Paprikaschote | 3 Knoblauchzehen | 2 Zwiebeln |
| 1 saurer Apfel | 1 unbehandelte Limette | 1 unbehandelte Zitrone |
| 5 Thymianzweige | 5 Lorbeerblätter | 1 EL geschälte Sesamsaat |
| 125 ml Sahne | 100 ml Fischfond | 125 ml Gemüsefond |
| 60 ml weißen Essig | 1 EL Sesamöl | Olivenöl, Butterschmalz |
| kalte Butter | 50 g Rohrzucker | 1 Chilischote |
| grobes Meersalz, Pfeffer | | |

Den Backofen auf 70 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Öl in einem Topf erhitzen. Eine Zwiebel abziehen, fein hacken und in dem Topf glasig dünsten. Die Paprikaschote vom Kerngehäuse befreien, waschen, in feine Würfel schneiden und in den Topf geben. Eine Knoblauchzehe abziehen, fein würfeln und dazugeben. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, von den Kernen befreien, ein Viertel der Schote fein hacken und ebenfalls dazugeben. Anschließend mit 50 Millilitern Essig ablöschen. Den Rohrzucker, etwas Meersalz und Pfeffer dazugeben und einköcheln lassen. Das Ganze ein wenig pürieren. Die Bohnen waschen, trocken tupfen und in dem Sesamöl schwenken. Die Bohnen in einer Pfanne auf kleiner Flamme circa drei Minuten gar ziehen lassen. Anschließend mit dem Sesam bestreuen. Eine Pfanne vorheizen. Die restlichen Knoblauchzehen abziehen und zerdrücken. Etwas Öl und die Knoblauchzehen in die Pfanne geben. Den Fisch waschen, trocken tupfen und in die Pfanne legen. Nach vier Minuten den Fisch wenden. Der Fisch sollte etwa 60 Grad Kerntemperatur haben. Anschließend das Ganze salzen, pfeffern und im Ofen nachziehen lassen. Eine Limette halbieren und den Saft auspressen. Den Fischfond, den Limettensaft, die Lorbeerblätter und ein paar Thymianzweige in die Pfanne geben und reduzieren. Anschließend die Kräuter wieder entfernen. Die Sauce nun mit der kalten Butter binden. Den Sellerie waschen, schälen und in kleine Stücke schneiden. Den Sellerie in einem Topf mit Salzwasser und Essig weich kochen. Die restliche Zwiebel in Butterschmalz andünsten. Den Apfel schälen, halbieren, vom Kerngehäuse befreien und die Hälfte in Würfel schneiden. Den restlichen Thymian zupfen, fein hacken und mit dem Apfel zu den Zwiebeln dazugeben. Anschließend den Sellerie stampfen, grob pürieren, den Pfanneninhalt und den Gemüsefond hinzugeben und nochmal pürieren. Mit etwas abgeriebener Zitronenschale, der Sahne, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Blue-Marlin-Steak mit dem Meeresbohnen-Gemüse und der Paprikamarmelade auf Tellern anrichten und servieren.

Hagen Rösch-Meier am 24. April 2013