

Wolfsbarsch im Salzmantel, Rosmarin-Kartoffeln, Salsa

Für zwei Personen

Für den Wolfsbarsch:

1 großer Wolfsbarsch á 800 g	1 Limette	2 Eier
1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Zitronenthymian	2,5 kg grobes Meersalz
Pfeffer		

Für die Rosmarinkartoffeln:

8 Drillinge	1 TL Kümmelsaat	5 Zweige Rosmarin
3 EL Walnussöl	Salz	Pfeffer

Für die Salsa:

5 Tomaten	3 frische Paprikaschoten	1 Schalotte
1 Zitrone	1 Limette	50 ml Olivenöl
10 ml Tabasco	1 Bund Basilikum	1 Bund Minze
Zucker	Salz	Pfeffer

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für den Wolfsbarsch Fisch abspülen waschen und trocken tupfen. Flossen mit einer Schere abschneiden. Bauchhöhlen aufschneiden, Innereien entfernen. Fisch ausnehmen und außen mit Pfeffer würzen. Limette in etwa sechs Scheiben schneiden. Petersilie und Zitronenthymian waschen, trocken tupfen und kleinhacken. Limettenscheiben, Petersilie und Zitronenthymian in die Bauchhöhle des Fisches füllen.

Für die Salzkruste Eier trennen. Meersalz mit 50 Milliliter kaltem Wasser und dem gewonnenen Eiweiß gut verrühren. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech ein Salz Bett in Höhe von etwa einem Zentimeter streuen. Fisch flach darauflegen und mit restlichem Salz abdecken, so dass er vollständig eingehüllt ist. Mit den Händen gut andrücken. In den vorgeheizten Backofen geben und auf der zweiten Schiene von unten für etwa 25 Minuten garen.

Anschließend aus dem Ofen nehmen. Salzkruste rundherum mit einem Messer aufklopfen, vorsichtig lösen und abheben. Fischfilets von der Gräte lösen.

Für die Rosmarinkartoffeln Kartoffeln mit Kümmelsaat in Salzwasser geben und für etwa 15 bis 18 Minuten bissfest garen. Anschließend abgießen, ausdämpfen lassen und noch warm pellen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin bei mittlerer Hitze etwa sieben Minuten goldbraun braten. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Blätter von den Stielen zupfen und dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Salsa Tomaten schälen, entkernen und würfeln. Schalotte abziehen und ebenfalls würfeln. Etwas Schale der Zitrone und Limette abreiben. Rest der Limette und Zitrone halbieren und auspressen. Paprikaschoten waschen und würfeln. Minze und Basilikum waschen, trockentupfen und Blätter in feine Streifen schneiden. Anschließend Tomaten-, Schalotten- und Paprikaschotenwürfel mit Limetten- und Zitronensaft, dem Limetten- und Zitronenabrieb, Minze und Basilikum vermengen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Tabasco und Piment abschmecken. Etwas Olivenöl dazu geben.

Den Wolfsbarsch mit Rosmarinkartoffeln auf Tellern anrichten. Die Salsa dazugeben und servieren.

Wolfgang Heidkamp am 24. August 2016