

Rotbarbe, Ratatouille, Fenchel-Risotto, Anis-Safran-Soße

Für zwei Personen

Für das Risotto:

150 g Risotto-Reis	2 kleine Fenchelknollen	800 ml Gemüsefond
3 EL Butter	50 ml trockener Weißwein	75 g ital. Hartkäse
Salz	Pfeffer	

Für das Ratatouille:

1 Zucchini	1 kleine Aubergine	1 rote Paprika
1 grüne Paprika	1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl	1 Zweig Thymian	Salz, Pfeffer

Für die Meerbarben:

4 Rotbarbenfilets	1 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
-------------------	---------------	---------------

Für die Sauce:

1 Karotte	1 kleine Zwiebel	1 Knoblauchzehe
100 ml Anisschnaps	200 ml Gemüsefond	2 EL Tomatenmark
1 EL Olivenöl	1 EL Fenchelsamen	1 Döschen (0,1 g) Safran
Salz	Pfeffer	

Für das Risotto:

Die Fenchelknollen vom Grünen trennen und in 1cm dicke Spalten schneiden. Gemüsefond erwärmen. In einem Topf 1 EL Butter erwärmen und den Risottoreis 2 Minuten darin dünsten. Mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. So viel heißen Fond zugießen, dass der Reis vollständig bedeckt ist. Offen bei mittlerer Hitze unter häufigem Rühren 20-25 Minuten garen. Dabei immer wieder etwas Fond zugießen.

1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und die Fenchelspalten darin 7 Minuten bei mittlerer Hitze hellbraun braten. Salzen und pfeffern. Den Hartkäse reiben und mit dem Rest Butter und Fenchelspalten unter den Risotto rühren und abschmecken.

Für das Ratatouille:

Zucchini, Aubergine und Paprika waschen und trockentupfen. Zwiebel und Knoblauch abziehen. Alles in sehr kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne 10 Minuten in Olivenöl anbraten, bis die Zwiebel glasig wird. Thymian zugeben. Salzen und pfeffern.

Für die Meerbarben:

Rotbarbenfilets abrausen, trockentupfen, salzen und pfeffern. In Olivenöl 2 Minuten auf der Haut- und 3 Minuten auf der Fleischseite braten.

Für die Sauce:

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Karotte schälen. Zwiebel, Knoblauch und Karotte in feine Würfel schneiden und in Olivenöl glasig andünsten. Anisschnaps angießen, Safran und Tomatenmark zugeben. Gemüsefond angießen, bis alles bedeckt ist. 20 Minuten köcheln lassen. Salzen und pfeffern. Fenchelsamen mörsern. Den gemörserten Fenchelsamen dazugeben. Mit einem Mixstab pürieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Frank Habeth am 15. Juli 2019