

# Ossobuco von der Makrele mit schwarzem Knoblauch

## Für 4 Personen

14 Zweige Thymian	3 Zweige frischer Koriander	2 Knoblauchzehen
160 ml Olivenöl	800 g Makrelenfilet	12-16 schwarze Knoblauchzehen
15 ml Räucheröl	50 g Speckschwarte	1 Prise Koriander, gemahlen
1, 5 Blatt Gelatine	150 ml Fischfond	1 g Agar Agar
150 g Traubensenf	280 g rote Paprika	Meersalz, Pfeffer, Zucker
1 EL Ingwersaft	8 Kapernäpfel	100 ml Kalbssauce
2 EL Butter	1 Spritzer Zitronensaft	

Thymian und Koriander abspülen, trocken schütteln. Knoblauch schälen und grob hacken. Koriander und die Hälfte der Thymianzweige grob schneiden und mit Knoblauch und 100 ml Olivenöl zu einer Marinade mischen. Das Makrelenfilet auf ein etwas tieferes Blech setzen, die Marinade darüber gießen und ca. 2-3 Stunden gekühlt ziehen lassen. Die schwarzen Knoblauchzehen mit 30 ml Olivenöl, Räucheröl, 2 Thymianzweigen, Speck und gemahlenem Koriander in einen Vakuumbutel geben, diesen mit dem Vakuumbegerät verschließen und in einem 65 Grad heißem Wasserbad ca. 1-1,5 Stunden pochieren. Für das Gelée die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Fischfond mit dem Agar-Agar mischen und ca. 2 Minuten leicht kochen. Die eingeweichte und ausgedrückte Gelatine darin auflösen und den Traubensenf unterrühren. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und in ein mit Frischhaltefolie ausgelegtes Gefäß (flache Schale) ca. 2 cm hoch füllen und kalt stellen. Paprika schälen, vom Kerngehäuse befreien, in kleine Würfel schneiden und in einem Topf mit 100 ml Wasser einmal aufkochen lassen, dann im Mixer fein pürieren und durch ein Sieb passieren. Den Sud anschließend in einen Topf geben und auf ca. 100 ml einkochen, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Ingwersaft abschmecken. Den Grill des Backofens vorheizen. Makrelenfilet aus der Marinade nehmen und in einer Pfanne mit hitzebeständigem Griff von allen Seiten anbraten. Dann die Pfanne unter den Backofengrill stellen und den Fisch für ca. 6-8 Minuten langsam weiter garen lassen. Einmal wenden und weitere 6 Minuten darunter ziehen lassen. Traubensenf-Gelée aus der Form stürzen und in Würfel schneiden. Den schwarzen Knoblauch aus dem Beutel auspacken und in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kapernäpfel sechsteln und mit der Kalbssauce in einem Topf erwärmen. In einer Pfanne 2 EL Butter mit 5 Thymianzweigen erhitzen, das Makrelenfilet kurz darin wenden und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und auf Küchenpapier leicht abtropfen. Die Paprikasauce mit 1 EL Olivenöl verfeinern. Makrelenfilet in Medaillons schneiden und auf vorgewärmte Teller setzen. Mit etwas Meersalz bestreuen, 3-4 schwarze Knoblauchzehen anlegen, mit dem Traubensenf-Gelée garnieren und mit den beiden Saucen nappieren.

Frank Buchholz Dienstag, 19. Juli 2011