

Fisch-Pörkölt mit geschmortem Gemüse

Für 4 Personen

| | | |
|-------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1 Fenchelknolle | 80 g Lauch | 3 Tomaten |
| 1 Zwiebel | 6 Hörnchenkartoffeln | 3 EL Olivenöl |
| 150 ml Weißwein | 100 ml Wermut | 500 ml Fischfond |
| Salz | 1 Msp. Safranfäden | Piment-d'Espelette |
| 60 g Frittierfett | 4 Blatt Reispapier | 300 g Lachsfilet |
| 300 g Zanderfilet | 300 g Forellenfilet | 4 Zweige Fenchelkraut |
| 1 EL Kapern | 1 Prise Fenchelpollen | |

Fenchel putzen, waschen und in feine Würfel schneiden. Lauch putzen, waschen und den weißen Teil fein schneiden. Den grünen Teil in dünne, ca. 5 cm lange Streifen schneiden.

Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, abziehen, entkernen und würfeln.

Die Zwiebel schälen und fein schneiden. Die Kartoffeln gut waschen und mit der Schale in Würfel schneiden.

In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Tomaten, Fenchel, Kartoffeln und weißes vom Lauch zugeben und kurz mit anschwitzen.

Mit Weißwein und Wermut ablöschen und die Flüssigkeit um etwas mehr als die Hälfte einkochen.

Fischfond zugeben, mit Salz, Safran, Piment-d'Espelette würzen und zur Hälfte einkochen.

In der Zwischenzeit in einer tiefen Pfanne Frittierfett erhitzen, das Reispapier darin nacheinander frittieren, herausnehmen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und mit Salz und Piment-d'Espelette würzen.

Die Fischfilets in 1 cm große Stücke schneiden.

Fenchelkraut abbrausen, trocken schütteln und fein zupfen.

Kapern und Fischwürfel in den Gemüsesud geben. Fischstücke kurz, auf den Punkt genau garen. Das Gericht mit etwas Olivenöl abbinden, Fenchelkraut untermischen.

Das Pörkölt in tiefe Teller anrichten, Lauchstreifen und Fenchelpollen über das Gericht streuen. Mit knusprig gebackenem Reispapier garnieren. Tipp: Fenchelpollen - auch das 'Gewürz der Engel' genannt - sind ein sehr exklusives Gewürz, weil die aromatischen Doldenblüten von Hand geerntet und verlesen werden. Die Blüten werden gepflückt, getrocknet und mehrmals immer feiner gesiebt. Der Geschmack von Fenchelpollen ist ebenso einmalig wie unverwechselbar.

Jörg Sackmann am 18. Juli 2017