

Geräucherter Wolfsbarsch, Granny-Smith-Sud, Quinoa

Für zwei Personen

Für den Fisch:

250 g Wolfsbarsch-Filet	3 EL Olivenöl	Öl
Salz	Pfeffer	Räucherpfeife
Räuchermehl		

Für den Fenchel:

1 Fenchel, mit Grün	1 Limette	1 EL Balsamico-Essig
2 EL Olivenöl	Zucker	Salz, Pfeffer

Für den Granny-Smith-Sud:

2 Granny Smith Äpfel	1 Gurke	1 Zitrone
1 EL Honig	25 g Petersilie	Xantan, Salz

Für die Chili-Mayo:

1 Zitrone	3 Eier	1 EL Dijonsenf
200 ml neutrales Öl	¼ TL Chiliflocken	1 Prise Cayennepfeffer

Für die Quinoa-Bällchen:

150 g Quinoa	1 Knoblauchzehe	1 Schalotte
1 Ei	15 g Parmesan	300 ml Gemüsefond
1 Zweig Petersilie	60 g Mehl	Öl

Für die Garnitur:

1 Granny Smith Apfel

Für den Fisch:

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Thymian abbrausen und trockenwedeln. Loup de Mer waschen, trockentupfen, portionieren (einen kleinen Teil davon zur Seite legen) und mit etwas Olivenöl auf ein Backblech geben und mit Folie abdecken.

Räucherpfeife mit Räuchermehl befüllen und den Loup de Mer unter der Folie ca. 1 ½ Minuten kalt räuchern.

Öl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch auf der Hautseite anbraten.

Im Ofen 2-3 Minuten nachgaren (kommt auf die Dicke des Filets an).

Letztes Stück Fisch ganz fein zu einem Tatar hacken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Fenchel:

Fenchel putzen, vom Strunk befreien und mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben hobeln.

Limette waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Dann halbieren, auspressen und Saft auffangen. Die Fenchelscheiben mit Essig, Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Limettensaft- und abrieb roh marinieren.

Für den Granny-Smith-Sud:

Äpfel waschen und trockentupfen. Gurke waschen und trockentupfen.

Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Äpfel, Petersilie und Gurke durch einen Entsafter geben. Mit Honig, Salz und etwas Zitronensaft abschmecken und mit Xantan leicht abbinden.

Für die Chili-Mayo:

Eier trennen und Eigelbe auffangen. Zitrone halbieren und auspressen.

Eigelbe, 1 EL Zitronensaft, Öl, Salz, Pfeffer und Senf in ein hohes Gefäß geben. Mit einem Stabmixer erst am Boden mixen, sodass eine Bindung entsteht und dann den Mixer unter ständigem Laufen immer wieder nach oben ziehen. Mit etwas Chili und Cayenne abschmecken.

Für die Quinoa-Bällchen:

Quinoa unter heißem Wasser abwaschen. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Fond mit Schalotte und Knoblauch aufkochen.

Quinoa einrühren und 15 Minuten köcheln lassen, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. Masse auf ein Blech geben und kurz auskühlen lassen.

Eventuell in den Kühlschrank stellen. Parmesan reiben. Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mehl, Ei, Parmesan und Petersilie unter die Masse heben und kleine Kugeln formen. Diese in einem Topf mit heißem Öl ausfrittieren.

Für die Garnitur:

Apfel waschen und vier dünne Scheiben runterschneiden.

Loup de mer und Tatar auf Tellern anrichten, Sud angießen, Fenchel daneben garnieren und Bällchen darauf geben. Mit Mayonnaise und Apfelscheiben garniert servieren.

Nelson Müller am 29. Mai 2020