

# Heilbutt in Nussbutter mit Chorizo-Panko-Bröseln, Gemüse

## Für zwei Portionen

|                                |                          |                     |
|--------------------------------|--------------------------|---------------------|
| 2 Stück weißer Heilbutt à 250g | 100 g Chorizo            | 100 ml Gemüsebrühe  |
| 6 Stangen grüner Spargel       | 3 Stangen Frühlingslauch | 150 g Zuckerschoten |
| 4 Blätter Mangold              | 1 Knoblauch              | 1 Zitrone           |
| 1 Zweig Thymian                | 2 Schalotten             | 100 g Butter        |
| 150 g Panko                    | Olivenöl                 | Salz                |

Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden.

Das Panko flach auf einem Blech ausgebreitet im Backofen bei 160 Grad Ober- /Unterhitze für zehn Minuten hellbraun rösten.

Die Pelle der Chorizo abziehen, die Wurst in kleine Würfel schneiden, in einen Topf geben und in reichlich Olivenöl anbraten. Anschließend die Schalottenwürfel zugeben und kurz durchschwenken. Den Topf vom Herd nehmen, das Panko einrühren und mit einer kleinen Prise Salz abschmecken.

Viel Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, den Fisch von beiden Seiten mit Salz würzen und in die Butter legen. Dabei sollte er ungefähr zum unteren Drittel in der Butter sein. Von der Zitrone drei Streifen Schale abziehen und zusammen mit dem Thymian und einer gedrehten Knoblauchzehe in die Butter geben. Den Fisch von beiden Seiten braten, dabei mehrmals mit der nussig werdenden Butter übergießen, den Herd ausschalten und den Fisch in der Resthitze ungefähr acht Minuten gar ziehen lassen (die Gardauer ist abhängig von der Dicke des Fisches). Die unteren zwei Drittel des grünen Spargels schälen, den Frühlingslauch waschen und von den Wurzeln befreien und die Mangoldblätter längs (durch den Strunk) halbieren.

Anschließend den Spargel und den Lauch in schräge Stücke schneiden, kurz in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten und mit einer Prise Salz würzen. Die Zuckerschoten und Mangold zugeben, mit Brühe ablöschen, mit einem Deckel verschließen und den Herd abschalten. Wenn nach wenigen Minuten das Gemüse in der Resthitze gegart ist, den Deckel von der Pfanne nehmen und das Gemüse nochmals abschmecken.

Das grüne Gemüse mittig auf zwei Tellern anrichten und den Fisch darauf setzen. Alles mit der aromatischen Butter beträufeln und mit den Chorizo-Panko-Bröseln bestreuen.

Alexander Herrmann am 26. März 2015