

Gebratener Ostsee-Fisch auf Tomaten-Kohlrabi-Carpaccio

Für vier Portionen

2 frische Ostseefische	1 Zitrone, unbehandelt	4 Zweige Rosmarin
4 Zweige Thymian	1/2 Knoblauchknollen	5 EL Olivenöl
2 Kohlrabi	3 Ochsenherz-Tomaten	3 Passionsfrüchte
2 EL Honig	3 EL Balsamico, weiß	5 El Rapsöl
0,5 Bund Schnittlauch	Salz, Pfeffer, Zucker	

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Fische innen und außen gründlich waschen und trocken tupfen. Die Zitrone in Scheiben schneiden. Anschließend die Fische mit den Zitronenscheiben und den Kräuterzweigen füllen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Knoblauch waagrecht halbieren. In einer Pfanne drei Esslöffel Olivenöl erhitzen und die Fische darin von beiden Seiten anbraten. Herausnehmen und auf ein Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen etwa 20 Minuten fertig garen. Die Kohlrabiknollen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen, den Strunk entfernen und die Tomaten in dünne Scheiben schneiden. Anschließend den Kohlrabi in einer Pfanne in dem übrigen Olivenöl anbraten und abwechselnd mit den Tomatenscheiben auf Tellern anrichten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Passionsfrüchte halbieren, das Mark herauskratzen und durch ein Sieb streichen. Das Passionsfruchtmark mit dem Honig in einem Topf einmal aufkochen. In einen hohen Mixbecher geben, den Balsamico zugeben und mit einem Pürierstab aufmixen. Das Rapsöl langsam zugeben und untermixen, bis eine sämige Soße entstanden ist. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Abschließend den Schnittlauch abrausen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Das Dressing großzügig auf dem Gemüse verteilen. Die Fische filetieren und die Filets darauf anrichten. Mit den Schnittlauchröllchen bestreuen und servieren.

Johann Lafer am 23. Juni 2012