



FISCH IN DER SALZKRUSTE AUF ENDIVIEN-TOMATEN-SALAT

Zutaten für 4 Personen

Zubereitung

Fisch vorbereiten

Den Backofen auf 200°C vorheizen. Die Dorade innen und außen unter fließend kaltem Wasser waschen, abtropfen und die Flossen wegschneiden. Alle anderen Zutaten in die Bauchhöhle geben.

Salzkruste

Das Eiweiß schaumig anschlagen und mit Salz, Mehl, Speisestärke und den Gewürzen vermischen.

Ein Backblech mit Backpapier belegen, mit knapp der Hälfte der Salzmasse einen Sockel in Fischgröße darauf formen, den Fisch auf das Salzbett legen und mit der übrigen Salzmasse bedecken.

Im vorgeheizten Ofen etwa 40 Minuten backen.

Den Fisch aus der Salzkruste klopfen oder mit einem Brotschneidemesser einen Deckel abschneiden.

Endivien-Tomaten-Salat

Den Endiviensalat putzen, waschen, trockentupfen und in ca. 2 cm große Fleckerl schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Die Oliven halbieren.

Endivie, Tomaten, Oliven, Kerbel und Basilikum in eine Schüssel füllen. Mit Zitronensaft, Olivenöl, Chilisalz und einer Prise Zucker marinieren.

Anrichten

Den Salat auf angewärmten Tellern anrichten. Die Filets herauslösen, an den Salat legen und mit Olivenöl beträufeln.

Tipp

Nach Belieben kann der Fisch beim Anrichten mit etwas Koriander und schwarzem Pfeffer aus der Mühle gewürzt werden. Dazu je 1 TL der Gewürze in eine Mühle füllen.

Damit sich die Kruste gut vom Fisch lösen lässt, am besten die Flossen wegschneiden und nicht schuppen. Ist der Fisch bereits geschuppt, kann er stattdessen auch mit etwas Speiseöl eingestrichen werden, bevor er ins Salzbett kommt.

Fisch

- 1 Dorade von 800 bis 1000 g
- 1 halbierte Zitronenscheibe
- 2 Scheiben Ingwer
- 1 Prise ganze Fenchelkörner
- ½ TL schwarze Pfefferkörner

Salzkruste

- 5 Eiweiß von kleinen Eiern
- 1,5 kg grobes Meersalz
- 30 g Mehl
- 30 g Speisestärke
- 2 EL grob zerstoßener schwarzer Pfeffer
- 1 EL grob zerstoßener Koriander
- 1 EL Fenchelkörner
- 1 EL Wacholderbeeren
- 1 bis 2 TL Kardamomsaat
- 4 EL mildes, aromatisches Olivenöl

Endivien-Tomaten-Salat

- ¼ Endiviensalat
- 150 g gemischte, kleine bunte Cocktailtomaten
- 2 EL schwarze, entsteinte Oliven
- Je 1 EL grob geschnittener Kerbel und Basilikum
- 1 EL Zitronensaft
- 1 bis 2 EL mildes Olivenöl
- Mildes Chilisalz
- Zucker

Unsere Weinempfehlungen

ERBEN[®] Riesling
halbtrocken

oder

ERBEN[®] Scheurebe
lieblich

