

Rouget Escabeche



Zutaten für 4 Personen

- 8 Rouget (kleine Snapper oder Loup de Mer passen genauso gut) geschuppt und ausgenommen, aufgeklappt zugeschnitten, damit er am Rücken noch zusammenhängt (den Fischhändler darum bitten)
- 8 Orangen, Zesten feingeschnitten und Saft
- 2 Limes, Zesten feingeschnitten und Saft
- 1 Zitronengras, geschält und fein gehackt
- ½ TL Fenchelsamen
- 1 Bund junge Karotten, geschält und fein gescheibelt
- 3 kleine Fenchelknollen, gerüstet und fein gescheibelt
- 4 Frühlingszwiebeln, fein gehackt
- 100ml Olivenöl «extra vergine»
- 1 Handvoll Fenchelkraut gezupft

Zubereitung

Glut auf dem Grill oder der Feuerstelle präparieren.

In einer kleinen Pfanne, Saft und Zesten von beiden Zitrusfrüchten zusammen mit Fenchelsamen und Zitronengras aufkochen lassen und auf kleinem Feuer auf etwa 200ml reduzieren.

Durch ein feines Sieb auf die geschnittenen Karotten und Fenchel giessen und etwa 45 Minuten marinieren.

Fische auf der Fleischseite mit Meersalz salzen und über intensiver Glut 2 Minuten grillieren, Hautseite nach unten

Marinierte Gemüse ableeren, dabei den Saft zurückbehalten, und auf feinem Grillgitter zusammen mit den Frühlingszwiebeln über der Glut leicht anrösten.

Würzen, mit etwas Olivenöl beträufeln und mit der Hälfte des Fenchelkrauts bestreuen.

Die Fische auf ein Blech legen und mit der Escabeche Flüssigkeit übergiessen. Die darin enthaltene Säure gart den Fisch zu Ende.

Restliches Olivenöl leicht erwärmen und über die Rouget geben. Fische warm halten, alle Flüssigkeit in die Pfanne zurückgeben und unter ständigem Rühren zu einer leichten Emulsion erwärmen.

Zum Anrichten grilliertes Gemüse auf Teller verteilen, Fische darauf legen und die Emulsion darauf verteilen. Mit restlichem Fenchelkraut bestreuen.