

ganzer fisch in der kräuter - salzkruste ...



foto : aus kräuter; tanja grandits, at verlag

ein mediterraner klassiker & ich werde oft gefragt, ob dies schwierig sei zuzubereiten ...
welchen fisch frau nehmen soll

die antworten dazu kennen sie von mir:
es ist wirklich nicht schwierig

(in diesem fall stimmt es sogar sehr, wenn sie sich wirklich an das rezept halten)
& grundsätzlich ist jeder fisch dafür möglich !!

lassen sie sich nicht von der literatur weissmachen, dies ginge nur mit meerfischen, so ein unsinn !
warum nicht mal eine forelle oder lachs? einen saibling, zander oder karpfen ?

richtig ist, dass es am anfang etwas leichter gelingt, wenn sie z.b. einen lubina (wolfsbarsch) oder
eine dorade dafür verwenden & zwar muss !! es ein wilder fisch sein !!
da er zum einen das richtige gewicht hat, vom geschmack dem salzmantel mehr entgegenbringt
& damit wegen seiner natur mehr zu dem meersalz passt !

die oben genannten wassertiere sind natürlich kleiner, also sind sie gefragt das rezept entsprechend
zu transponieren



etwas geduld & übung brauchen sie zum schluss, wenn sie den salzmantel aufschlagen & den gegarten, ganzen fisch filieren & vorlegen ... , dass sie nicht so viele grobe salzkörner mit aufnehmen ... , doch das bekommen sie schon hin .

sehr fein ist auch, wenn sie den grossen fisch portionsweise schneiden (etwa 300g brutto) & ihn in das meersalz einpacken, in backpapier einwickeln & dann garen

so hat jeder gast sein päckchen zu tragen & sie sind nicht mehr für das auspacken verantwortlich ... aus dem schneider sozusagen ! ; que bien !

& sie können die päckchen 3 stunden vorher vorbereiten & wenn die gäste kommen in den ofen schieben !!!

sie brauchen für ca. 4 personen :

1 ganzen fisch, **nicht geschuppt** ! (hier nehmen wir einen loup de mer) ca. 1Kg

1,2 kg grobes meersalz

5 eiweiss, steif geschlagen

4 knoblauchzehen

frische kräuter ihrer wahl (z.b. Basilikum, rosmarin, thymian, dill, sellerieblätter, minze ...)

grob gezupft bzw, geschnitten;

1 limone

das war' s !

go :

vom fischhändler den ungeschuppten fisch ausnehmen & die kiemen herausschneiden lassen;
ca. die hälfte der kräuter, zerdrückten knoblauch & geschnittene limone in den
fischbauch legen;

das salz mit dem eiweiss & den restlichen kräutern fein vermengen ;

ein backblech oder kasserolle mit backpapier auslegen,

darauf einen teil der salzmasse geben & den fisch auflegen;

nun den fisch mit dem restlichen salz vollständig bedecken ;

im vorgeheizten backofen mit unter- & oberhitze bei 200 grad 20 min. backen;

aus dem ofen nehmen & 10 min. ruhen lassen (ganz wichtig !!! keine sorge, der fisch wird nicht kalt !);

während der ruhezeit bereiten sie frischen blattspinat mit brauner butter dazu &

reichen anschliessend salzkartoffeln mit dabei ! ; listo !

; bon profit !

jfk