



11 / **Zweite Gänge**

SEEBARSCH
MIT MARINIERTEM
GEMÜSE
UND SCAMPI
MIT GARDASEE
ZITRONE

🕒 90 MIN / 🍷 MITTEL

Zutaten für 4 Personen:

Für den Seebarsch:

1,5 kg - 2 kg Seebarsch
150 g Gardasee-Olivenöl
Extra Vergine

Salz und Pfeffer nach Geschmack
20 g Dill
5 g Schnittlauch
200 g Weißwein
10 g Zitronenthymian
30 g gegarte Schalotten

Für das Gemüse:

50 g Stangensellerie
50 g Karotten
50 g Zwiebel
50 g Lauch
50 g Zucchini
50 g Knollensellerie
2 g schwarze Pfefferkörner
2 g rosa Pfeffer
30 g Schalotten
Salz und Pfeffer nach Geschmack
200 g Gardasee-Olivenöl
Extra Vergine

200 g Essig
50 g Zucker

Für die Scampi:

1 kg Scampi mit Kopf
Salz und Pfeffer nach Geschmack
100 g Gardasee-Olivenöl
Extra Vergine

100 g Zitronensaft einer frischen
Gardasee Zitrone

50 ml Limette

Für die Garnitur:

4 Zitronenblätter

Den Fisch enthäuten, ausnehmen und in Filets teilen oder am besten vom Fischhändler säubern und filetieren lassen. Eine Kasserolle mit 5 Liter Wasser, den Kräutern, dem Wein, ein paar Pfefferkörnern und dem Salz füllen und 20 Minuten kochen lassen.

Die Fischfilets ins kochende Wasser legen und auf niedriger Flamme rund 20 Minuten köcheln lassen. Dann den Herd ausschalten und weitere 10 Minuten ziehen lassen.

Das Gemüse waschen und in 10 cm lange und 0,5 cm breite Stücke schneiden. In einer großen Pfanne mit etwas Öl und dem Essig anbraten und garen – in der Regel reichen 5 Minuten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Von den Scampi Kopf und Beine entfernen und Schale abziehen, der Schwanz sollte dabei unbeschädigt bleiben. Jeweils zwei Scampi auf einen Spieß stecken und im Backofen bei 180° Grad grillen. Anschließend mit Zitronensaft beträufeln.

Beim Anrichten auf ein harmonisches Zusammenspiel der Farben achten: die Barschfilets auf den Teller legen, mit dem marinierten Gemüse bedecken und den Scampi-Spieß dazu legen. Mit den Zitronenblättern garnieren.