

Fisch in der Salzkruste

Zutaten für 2 Personen:

1 frischer Fisch 0,8kg zum Beispiel
Wolfsbarsch oder Lachsforelle
1 Handvoll frische gemischte Kräuter wie
Dill, Kerbel, Petersilie, Sauerampfer
3-4 kg grobes Meeressalz

Für die Sauce
120 g Butter und 2 EL Zitronensaft
oder 8 EL Olivenöl, 2 EL Zitronensaft ½ EL
gehackte Petersilie
150 g Butter

Zubereitung:

1. Die Kiemen des Fisches Entfernen. Die Bauch Seite mit den Kräutern füllen.
2. Auf eine feuerfeste Form eine etwa 3 cm dicken Schicht Salz geben und in die Mitte den Fisch legen. Das restliche Salz als dicke Umhüllung um den Fisch verteilen, der Fisch muss vollständig von dem Salz bedeckt sein.
3. Den Fisch im vorgeheizten Backofen bei starker Hitze (250°) ca. 30 Minuten backen; die Salzkruste soll hart sein. 10 Minuten ruhen lassen.
4. Für die Sauce entweder die Butter zerlassen, den Zitronensaft hinzufügen und frischgemahlene Pfeffer unterrühren oder Olivenöl mit Zitronensaft und gehackter Petersilie mit einer Gabel zu einer glatten Sauce verschlagen.
5. Die Salzkruste am Tisch mit einem kleinen Hammer aufschlagen und abheben. Die Haut vorsichtig von dem Fisch abziehen und die Filets abheben. Auf vorgewärmte Teller anrichten und mit der Sauce übergießen.
6. Als Beilage eignen sich Petersilienkartoffeln und Fenchelgemüse

Guten Appetit!