

WOLFSBARSCH IN GRÜNTEE UND SALZKRÜSTE

Zutaten

- 1 Wolfsbarsch, ca. 900g

Grüntee- Salzkruste

- 1,5 kg grobes Meersalz
- 4 Eiweiss, steif geschlagen
- 4 EL [Japan Sencha Fukujyu](#)
- 3 EL [Basilikum, geschnitten](#)
- 3 EL [Koriander, geschnitten](#)
- 3 EL [Minze, geschnitten](#)
- 3 EL Mitsuba, grob geschnitten
- 1 Limette, in Scheiben geschnitten.

Pesto

- 2 Handvoll Mitsubablätter
- 3 EL Basilikumblätter
- 1 Knoblauchzehe, geschält und gerieben.
- 1 EL Sesamöl
- 80 ml Sonnenblumenöl
- 1 TL [Chili Gewürzmischung](#)
- 1 EL Limettensaft
- 1 Prise brauner Zucker
- 1 Prise Salz
- 2 EL [Sesam, geröstet](#)

Fisch waschen und trocken tupfen, die Kiemen herausschneiden. Die Kräuterstiele und Limettenscheiben in den Bauch legen. Das Salz mit dem Eiweiss, dem Grüntee und den geschnittenen Kräutern vermengen. Ein Backpapier belegen. Darauf einen Teil der Salzmasse in der Grösse des Fisches zu einem Boden formen und den Fisch darauflegen. Mit dem restlichen Salz vollständig bedecken. Im auf 200 Grad vorgeheizten Backofen 15 Minuten backen. Der Fisch sollte innen eine Temperatur von etwa 57 Grad haben.

Den Fisch aus dem Ofen nehmen und 5-10 Minuten ruhen lassen. Die Salzkruste aufschlagen und den Fisch filetieren. Für das Pesto die Mitsuba und Basilikumblätter blanchieren. In Eiswasser abschrecken, die Blätter ausdrücken und mit den restlichen Zutaten gut mixen.

La Cucina

