

FRATUSCHI

— LUXURY TRAVELS —



LUBINA AL SAL by Michael Reljic (Mallorca)

Wolfsbarsch in der Salzkruste vom Grill oder im Backofen

Durch die Zubereitung im Salzmantel gart der Fisch schonend und bleibt saftig und zart. Die Kräuter verleihen ihm ein ganz besonderes Aroma.

Dieses Rezept ist nur für ganze Fische geeignet, nicht für Filets.

Zutaten (für 4 Personen):

- 1 Wolfsbarsch (Wildfang) ca. 2,2-2,6 KG- ausgenommen jedoch nicht geschuppt
- Ca. 7 kg grobes Meersalz
- 2-3 Eiklar
- 2 Biozitronen, grob gewürfelt
- 2 Zweige Rosmarin, die Nadeln grob gehackt
- 4 Zweige Thymian, grob gehackt
- 2-3 Zweige/Blätter Kräuter nach Wahl für die Füllung
- 1 Chili geschnitten
- 1 Knolle Ingwer, gehackt oder abgerieben

Das Eiklar und die gehackten Kräuter sowie den Ingwer und Chili mit dem Salz vermengen.

Fisch waschen, trocken tupfen mit Zitrone und Kräutern füllen. Neben Rosmarin und Thymian eignen sich auch Petersilie und Lorbeerblätter für die Füllung.

Zubereitung im Ofen:

Den Ofen (Ober-Unterhitze) auf 200-225 Grad vorheizen.

Ein Backblech mit Alufolie auslegen und darauf nochmal Backpapier auslegen, darauf dann die Salzmischung auslegen und den Fisch betten.

Den Fisch mit der restlichen Mischung bedecken.

Die Backzeit beträgt je nach Gerät etwa 40 Minuten plus 10 Minuten Ruhezeit.

Dann kommt der große Moment, auf den alle gewartet haben:

Vorsichtig die Salzhaube zunächst an den Seiten aufbrechen und dann abnehmen.

Den Fisch mit seinen herrlichen Aromen genießen!

Zubereitung auf dem Grill (im Dachziegel):

- 2 große Terrakotta Dachziegel (man nennt Sie auch Mönch und Nonne)
- Dünnen Draht ohne Isolierung

Zunächst den Grill anheizen, so dass wir nachher schöne Glut & Feuer haben.

Den Dachziegel mit der Salzmischung auslegen, dann den mit der Zitrone und Kräutern gefüllten Fisch darauflegen und die verbleibende Mischung schön gleichmäßig darauf verteilen, dann mit Mönch oder Nonne abdecken

Und mit dem Draht zusammenbinden, damit wir den Fisch umdrehen können und wir somit Stabilität brauchen.

Die Glut etwas verteilen. Den Fisch in den Dachziegeln für ca. 40 Minuten auf die Glut oder das Feuer geben. Oben auch mit etwas Glut bedecken. Wir wollen den Fisch nicht allzu oft zu wenden, da die Ziegel brechen könnten. Es kann sein, dass etwas Zitronensaft austritt und evtl. dafür verantwortlich ist, dass die Ziegel Risse bekommen.

Deshalb noch ein kleiner Tipp: Es kann auch mehr Eiklar verwendet werden, so hält die Masse besser zusammen, auch falls die Ziegel brechen.

Nach den 40 Minuten aus dem Feuer/von der Glut nehmen und nochmal 10 Minuten ruhen lassen.

Dann die Salzhaube wie oben beschrieben abnehmen und den Fisch mit seinen herrlichen Aromen genießen!