

Gespickter Seeteufel mit Bohnenpüree

Rezept für 4 Personen

Für das Bohnenpüree:

250 g Cannellinibohnen, über Nacht in kaltem Wasser eingeweicht

1 Schalotte, geschält

1 Nelke

1 Lorbeerblatt

1 Schalotte, geschält und in Würfel geschnitten

1 Knoblauchzehe, geschält und fein gewürfelt

50 ml Weißwein

jeweils 2 Zweige Rosmarin und Thymian

2 EL bestes Olivenöl

250 ml Geflügelbrühe

feines Meersalz, Pfeffer aus der Mühle

Das Bohnenwasser abgießen und in einem Sieb abtropfen lassen. Das Lorbeerblatt mit der Nelke an der Schalotte feststecken.

Alles in einen Topf geben, mit Wasser bedecken, aufkochen lassen, die Hitze reduzieren und die Bohnen „al dente“ garen, ohne vorher zu salzen.

Die Schalotten und Knoblauchwürfel in Olivenöl glasig anschwitzen und mit dem Weißwein ablöschen.

Den Weißwein um die Hälfte einkochen lassen und die Kräuterzweige dazugeben.

Die vorgekochten Bohnen dazugeben, mit der Geflügelbrühe auffüllen und richtig weich garen lassen.

Die fertigen Bohnen zuerst mit wenig Flüssigkeit fein pürieren und nach Geschmack verdünnen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten.

Für den Seeteufel:

600 g Seeteufelfilet, sauber pariert

1 EL Rosmarinspitzen

2 Knoblauchzehen, geschält und in Stifte geschnitten

2 EL Olivenöl zum Braten

Fleur de sel, Pfeffer aus der Mühle

Das Seeteufelfilet abwechselnd mit den Knoblauchstiften und Rosmarinspitzen spicken. Eine Pfanne erhitzen, das Olivenöl dazugeben und den Seeteufel von allen Seiten goldgelb anbraten. Den Seeteufel im vorgeheizten Backofen bei 120 °C ca. 10- 15 Minuten garen lassen. Den fertig gegarten Fisch aus

der Pfanne nehmen und erst jetzt mit Salz und Pfeffer würzen.
Den Seeteufel in 4 bis 8 gleich große Stücke schneiden.

Für die Räucheraalsalsa:

120 g Keniabohnen, in Salzwasser blanchiert und in
Eiswasser abgeschreckt

80 g Räucheraalfilet, gewürfelt

12 halbgetrocknete Tomatenfilets, in Streifen
geschnitten

40 g Pecannüsse, in einer Pfanne ohne Öl geröstet

2 Zweige Bohnenkraut

2 Zweige Thymian

1 EL glatte Petersilie, fein geschnitten

150 ml bestes Olivenöl

2 TL alter Aceto balsamico

1 TL Arganöl

feines Meersalz, Pfeffer aus der Mühle

Die Keniabohnen in kleine Stücke schneiden und die Pecannüsse grob hacken. Alle Zutaten in einer Schüssel verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Bohnenpüree auf einer vorgewärmten Platte anrichten. Die Seeteufelmedaillons darauf setzen, etwas Salsa drübergeben und sofort servieren.