

Heilbutt mit Kapernkruste, weißem Bohnenpüree und Endiviensalat

Rezept für 4 Personen

Zubereitungszeit: eine Nacht für die Bohnen, ansonsten 2,5 Stunden

Zutaten:

Für das Bohnenpüree

200 g weiße Cocos blanc Bohnen
50 g Butter
50 ml Creme fraiche
Meersalz aus der Mühle, weißer Pfeffer aus der Mühle, Piment d`Espelette
1 Limone

Für die Beilage

1 Kopf Endiviensalat
2 El Butter

Für den Heilbutt

1 Kapernbaguette
4 Portionen weißer Heilbutt Ohne Haut à ca. 150 g – 200 g
Butterschmalz zum Braten
1 Zitrone
4 El Butter
4 Zweige Basilikum

zusätzlich

2 El Kapern „Nonpareilles“,
1 kleines Bund Blattpetersilie

Vorbereitung:

Die weißen Bohnen am Vortag in kaltem Wasser einweichen, das Einweichwasser abgießen und die Bohnen in ungesalzenem Wasser weich kochen.
Die weichen Bohnen mit Butter, Creme fraiche, Salz und Pfeffer pürieren, durch ein feines Sieb streichen und mit Limonensaft und Piment abschmecken.
Das Kapernbrot anfrieren. Den Endiviensalat putzen und waschen.

Zubereitung:

Das Kapernbrot auf der Aufschnittmaschine längs in dünne Scheiben schneiden.
Das Bohnenpüree bei sanfter Hitze erwärmen.
Den Fisch in Portionen teilen und leicht salzen. Etwa fünf Minuten ziehen lassen, ausgetretenes Wasser abtupfen und die Scheiben vom Kapernbrot dachziegelartig auflegen. In einer beschichteten Pfanne in Butterschmalz auf der Brotseite anbraten. Dabei für 10 – 20 Sekunden leicht beschweren, um die Brotscheiben auf den Pfannenboden zu drücken.
Den Fisch fast fertig garen, aus der Pfanne nehmen und das Bratfett abgießen.
2 El Butter in der Pfanne aufschäumen lassen, Basilikum zugeben, den Fisch auf der Fleischseite einlegen, einen Spritzer Zitronensaft zugeben und den Fisch fertig garen.
Die Kapern und etwas feingeschnittene Blattpetersilie in die Bratbutter geben. Den Endiviensalat in 2 El gebräunter Butter lediglich kurz anwärmen, restliche Blattpetersilie zugeben, salzen und mit dem erwärmten Bohnenpüree zum Fisch anrichten.

Empfehlung:

Endiviensalat verliert etwas von seinem herben Geschmack, wenn man ihn 30 Minuten in lauwarmem Wasser liegen lässt.

Ein klassischer Chardonnay, z.B. als weißer Burgunder ist der schönste Wein zu diesem Spätsommergericht.

Viel Spaß wünscht

A handwritten signature in red ink, written in a cursive style. The signature appears to be 'Kolja Kleber'.