



*Fische - Schmidt*

*Wein & Menü*

## Wolfsbarsch-Filet auf sizilianischen Auberginen-Gemüse für 6 Personen

1200 gr. Wolfsbarsch-Filet  
1 gr. Aubergine  
¼ Sellerieknolle  
1 rote Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
¼ Chilischote  
1 kl. Glas Kapern  
12 grüne Oliven  
1 Dose Tomaten in Stücken  
jeweils 1 Zweig Rosmarin, Thymian  
1 TL braunen Zucker  
3 EL weißen Balsamico  
6 EL Olivenöl  
Salz  
Tasmischer Pfeffer

Aubergine würfeln, stark salzen und ruhen lassen (entwässern und Bitterstoffe reduzieren). Im heißen Olivenöl den braunen Zucker karamellisieren. Zwiebeln, Knoblauchzehe, eine viertel Chilischote klein schneiden und den Sellerie würfeln. Alles scharf anschwitzen. Dann Kapern und grüne Oliven hinzufügen. Mit einem guten Schuss weißem Balsamico ablöschen. Die Tomatenstücke zusammen mit Zwiebeln, Sellerie etc. und einem Zweig Thymian in der Pfanne schmoren. Flüssigkeit stark reduzieren. Auberginen trocken tupfen und in Olivenöl braun braten und auf Küchenpapier beiseite stellen. Zum Schluss die Auberginen hinzufügen. Einige Minuten schmoren lassen.

### Wolfsbarsch-Filet

Backofen auf 160 Grad vorheizen (keine Umluft) Fisch abtupfen und pfeffern. Butter in der Pfanne erhitzen. Den Fisch auf jeder Seite etwa 3 Minuten braten. (Mitte noch glasig) Dann den Fisch im Backofen weitere 3 bis 4 min. durchziehen lassen. Vor dem Servieren Salzen. Wolfsbarsch-Filet auf dem Bett aus Auberginen servieren.

Weinempfehlung: Blanc de Noir - Weingut Kirsten / Mosel 14,90 €

*Fische Schmidt • Eppendorfer Baum 18 • 20249 Hamburg  
Mo.- Fr. 07.00 - 19.00 Uhr • Sa. 07.00 - 14.00 Uhr  
Tel: 040/476208 • Fax: 040/476208*

*Wein & Menü • Joachim Weretka  
j.weretka@alice-dsl.net  
0171 / 23 89 777*