

## **Rezept des Monats April 2005**

### **Steinbutt en papillote**

**(Steinbutt im Ganzen gegart, viel einfacher als es aussieht)**

#### **Zutaten**

1 Steinbutt (mindestens 1,5 kg für 4 Personen)  
1 Zitrone, natur  
Salz, schwarzer Pfeffer, Butter  
Für die Sauce (4 Personen)  
1 Schalotte  
1 Eigelb  
1/4 Tasse Wein (weiß & trocken)  
1 EL Crème double  
1 EL Sahne  
Butter  
Cayennepfeffer  
Salz, schwarzer Pfeffer

#### **Zubereitung**

Der Steinbutt wird gewaschen, abgetrocknet und auf der Ober- und Unterseite mit einem scharfen Messer einige Male eingeritzt und dann sehr kräftig mit Salz (Meersalz!) und frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer eingerieben. In den Stellen, in denen die dicke Haut eingeritzt wurde, sammeln sich Salz und Pfeffer und können so das Fischfleisch aromatisieren.

Der Steinbutt wird auf ein Stück Alufolie gelegt, das ausreichend groß sein muß, um den Steinbutt darin vollständig einschlagen zu können und die Ränder zu verschließen. Die Alufolie wird zuvor mit Butterstücken und dünn geschnittenen Zitronenscheiben ausgelegt. Auf den Steinbutt ebenfalls Butterstücke und Zitronenscheiben plazieren. Einige Spritzer Weißwein können auch nicht schaden. Dann wird das Paket verschlossen, die Ränder werden ineinandergefaltet, so daß kein Saft und auch kein Dampf -denn der wird beim Garen entstehen- entweichen kann.

Das Fischpaket auf einem Backblech in den auf 200°C vorgeheizten Backofen geben. Nach fünf Minuten beginnt das Päckchen sich zu blähen, die Hitze wird auf 140°C reduziert. Ein Einkilo-Fisch ist vermutlich nach weiteren 10 Minuten gar. Ein größerer Brocken von 2 Kilogramm braucht noch weitere 10 Minuten. Vermutlich,

denn wer weiß, was der Ofen macht, wenn man 140°C einstellt. Hier hilft Probieren, Erfahrungen machen. Aber das Risiko ist gering. Wickeln Sie das Paket einfach auf und ritzen Sie den Steinbutt an der dicksten Stelle entlang der Mittelgräte ein. Ist das Fleisch auch in der Tiefe, also direkt über der Gräte milchigweiß? Dann ist er gar. Falls er noch glasig sein sollte, einwickeln und zurück in den Ofen.

Wenn der Steinbutt gar ist, zieht man ihm die Haut ab, das geht jetzt ganz leicht, schneidet entlang der Mittelgräte tief ein und hebt vorsichtig die beiden Filets der Oberseite ab. Etwas schwieriger ist die Befreiung der Filets der Unterseite von Mittelgräte und Haut. Auch hier hilft nur Übung. Ich drehe vorsichtig den ganzen Fisch und verfare dann wie mit der Oberseite: Haut ab, Filets lösen und abnehmen. Warmstellen.

Für die Sauce gibt es nun mehrere Möglichkeiten. Puristen nehmen nur Butter. Der Steinbutt bringt nämlich selbst -und verstärkt durch die Garmethode- bereits einen köstlichen Geschmack mit, der durch die Sauce nicht verdeckt werden sollte.

Die ersten Schritte der Saucenbereitung sollten geschehen während der Steinbutt noch gart.

In einem Topf oder einer Pfanne eine sehr fein gehackte Schalotte in Butter angehen lassen. Mit etwas Wein ablöschen und reduzieren, Crème double, Sahne, etwas Cayennepfeffer und Salz zugeben, wieder reduzieren.

Dann die Garflüssigkeit durch ein Haarsieb in den Topf gegeben. Mehr als eine halbe Tasse wird es kaum sein. Mit dem Schneebesen verrühren, kurz aufkochen, abschmecken. Vermutlich noch etwas Salz und Pfeffer zugeben, dann kalte Butterflocken einrühren und zum Schluß -der Topf darf nun nicht mehr auf der heißen Kochplatte stehen - 1 Eigelb einrühren.

Als Beilage die schlichte Salzkartoffel oder zarte Nudeln (Linguine), Gemüse nach Belieben. Ich esse mich am liebsten am Steinbutt satt und verzichte darauf. Aber natürlich kann man in Butter gegarte Kohlrabi oder Möhren reichen. Oder Spinat. Oder grünen Spargel...