

Rougets au basilic

Kategorie: Fisch/Meeresfrüchte

Rezept Nr.: 273

Portionen: 4

Zutaten	Mengen	Bemerkungen
Rougets	4 Stück	je 200 g
Tomaten	2 Stück	gut reif
Basilikum	2 EL	gehackt
Basilikumblätter	8 Stück	klein
Olivenöl	1,2 dl	
Sherryessig	1 EL	oder Banyulsessig
Oliven	16 Stück	schwarz

Zubereitung

1. Die Tomaten häuten, entkernen und in Würfel schneiden. In einer feuerfesten Form die Tomatenstücke mit dem gehackten Basilikum mischen, salzen, pfeffern und den Essig zugeben. Mischen.

2. Das Öl erhitzen, aber nicht zu stark, und über die Tomaten-Basilikum-Mischung geben (Vorsicht spritzt und sprudelt).

3. Abkühlen lassen und mindestens 1, besser aber 2-3 Tage im Kühlschrank ziehen lassen. Am Tag der Zubereitung des Gerichts rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen, daß die Sauce Raumtemperatur annimmt.

4. Die Rotbarben filetieren und auf der Hautseite in Olivenöl anbraten, salzen und pfeffern.

4. Anrichten: Die Filets mit der Bratseite nach unten auf den Tellern anrichten und mit den Basilikumblättern garnieren. Das Tomatenconcassé zugeben und etwas von der Sauce über die Filets geben. Mit den entkernten halbierten Oliven und evtl. mit etwas mit Olivenöl verdünnter Tapenade garnieren.

Rougets au basilic



Notizen
