

# Johann Lafer | Wolfsbarsch in der Salzkruste gegart mit Salbei-Kürbis-Risotto

---

## Zutaten für 4 Personen

### Für den Fisch:

- 1 Wolfsbarsch, ca. 1,2 – 1,5 kg, küchenfertig, nicht geschuppt
- 1 Bio Zitrone
- 4 Stiele Rosmarin
- 4 Stiele Thymian
- 2 Eiweiß
- 2 kg grobes, ungereinigtes Meersalz
- 2 EL Mehl

### Für das Risotto:

- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 30 g Butter
- 200 g Risotto-Reis
- 50 ml Weißwein
- 800 ml heißer Gemüfefond
- 50 g Parmesan
- 50 g Butter
- Salz
- Pfeffer

### Außerdem:

- 250 g Hokkaido-Kürbis
- 2 EL Olivenöl
- 1 Bund Salbei
- 3 EL geschlagene Sahne (etwa 50 ml)
- 80 g Parmesan zum Hobeln

### Zubereitung:

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Den Wolfsbarsch waschen, trockentupfen und im Bauchraum mit Zitronenscheiben, Thymian und Rosmarin füllen. Die Eiweiße in einer Schüssel anschlagen, das Salz und Mehl unterheben. Ein Backblech mit Alufolie auslegen, die Hälfte des Salzes darauf verteilen. Den Wolfsbarsch auf das Salz legen, mit dem Rest bedecken und rundum einpacken. Im Backofen etwa 30 Minuten garen.

Für das Risotto Schalotten und Knoblauch schälen und klein würfeln. Beides in einem Topf in 30 g Butter anschwitzen. Den Reis zugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und verkochen lassen. Mit einer Kelle heißem Gemüsefond auffüllen und unterrühren. Unter gelegentlichem Rühren bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Nach und nach die Brühe angießen, sobald der Reis alles aufgesogen hat. Nach etwa 16 – 18 Minuten ist der Reis al dente gegart. Den Topf vom Herd nehmen. Frisch geriebenen Parmesan und die übrige Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Kürbis waschen und entkernen. Das Fruchtfleisch mit dem Sparschäler in dünne Streifen schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kürbistreifen darin anschwitzen. Den Salbei waschen und trocken tupfen. Die Blätter von den Stielen zupfen. Salbeiblätter zugeben und ebenfalls anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Wolfsbarsch aus dem Ofen nehmen, die Salzkruste aufstoßen, abheben und die Haut des Wolfsbarschs abziehen. Die Filets von den Gräten heben.

Salbei-Kürbis-Risotto mit geschlagener Sahne verfeinern und in tiefen Tellern anrichten, Wolfsbarschfilets darauf legen. Mit fein gehobeltem Parmesan bestreuen.

*Rezept: Johann Lafer | Hauptgericht*

*Quelle: Lafer! Lichter! Lecker! vom 04.02.2017*

*Prominente Gäste: Ulrike von der Groeben & Hans-Joachim Stuck*