

Barsch mit Thymiankruste und Tomatensalat 4 Pers.

4 Barschfilets mit Haut (je ca. 70 g)
Salz, Pfeffer
Etwas Mehl
20 g Butter
1 EL Öl
1 Scheibe Toastbrot
1 TL Thymianblättchen
1 EL fein gehackte Petersilie

Zutaten für den Salat:

60 g rote Zwiebeln
100 g Pflücksalat
120 g Cocktailtomaten
20 g kleine schwarze Oliven
einige Blätter Rucicola-Salat
4 kleine Frühlingszwiebelhalme

Zutaten für die Soße:

Saft einer ½ Zitrone
4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Die Filets salzen und pfeffern, in Mehl wenden, abklopfen. Toastbrot mit Thymian, Petersilie, Salz und Pfeffer in den Mixer geben und bröselig mixen. Zwiebel in feine Ringe schneiden. Salat verlesen, waschen und gut abtropfen lassen. Tomaten vom Stielansatz befreien und in Scheiben schneiden. In einer Pfanne Butter und Öl erhitzen, die Filets von jeder Seite kurz anbraten. Dann die Hautseite nach oben legen und das Bröselgemisch darauf verteilen. Mit etwas Butter belegen, unter den heißen Grill stellen und etwa 2 Min. gratinieren, herausnehmen. Alle Salatzutaten auf 4 Tellern anrichten, die gratinierten Filets daneben legen. Zutaten für die Soße gut verrühren und den Salat beträufeln. Mit Thymianblättern garnieren.