

Ganze Fische

Rezepte für 2 Personen · Langusten und Seezunge von der Küste

Ganzer Langustenschwanz vom Grill

Mit Marktgemüse und Kräuterbaguette — Meeresfrische in ihrer schönsten Form

34,90 €

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

Ganzer Langustenschwanz*	2 Stück (je ca. 300 g)
Butter, weich	60 g
Knoblauch	3 Zehen
Petersilie, gehackt	2 EL
Zitronenabrieb	1 TL
Zitronensaft	½ Zitrone
Olivenöl	2 EL
Saisonales Marktgemüse (Zucchini, Paprika, Aubergine)	400 g
Kräuterbaguette (Baguette + Kräuterbutter)	½ Stange
Salz, Pfeffer	nach Geschmack

ZUBEREITUNG

- 1 Kräuterbutter: Weiche Butter mit Knoblauch, Petersilie, Zitronenabrieb und einer Prise Salz cremig rühren. In Frischhaltefolie rollen, kühlen.
- 2 Langustenschwanz mit einer starken Küchenschere oder einem schweren Messer der Länge nach aufschneiden (Butterfly-Schnitt). Fleisch freilegen aber in der Schale lassen.
- 3 Marktgemüse in grobe Stücke schneiden, mit Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen. Auf dem Grill oder bei 220 °C im Ofen 15 min. rösten.
- 4 Langustenschwanz mit Olivenöl einpinseln, Fleischseite nach unten 3 min. grillen. Umdrehen, Kräuterbutter in die Öffnung geben, weitere 5–7 min. garen. Mit Gemüse und gegrilltem Kräuterbaguette servieren.

◆ **TIPP VOM KÜCHENCHEF**

Ein ganzer Langustenschwanz ist ein Festessen — und er verlangt nach wenig Schnickschnack. Die Qualität des Rohprodukts entscheidet alles. Frische Langusten haben klare, nicht trübe Augen und riechen nach dem Meer, nicht nach Ammoniak. Die Kräuterbutter darf großzügig sein: Sie schmilzt in die Schale und wird zur Sauce.

Ganze gebratene Seezunge

Mit Dillkrabben aus der Nordsee und Salzkartoffeln — der Klassiker der norddeutschen Festtagsküche

19,90 €

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

Seezunge, **2 Stück (je ca. 350 g)**
ganz
(küchenfertig)*

Butter **60 g**

Nordsee-Krabben (Garnelen) **120 g**

Dill, frisch **¼ Bund**

Zitronensaft **1 Zitrone**

Mehl **3 EL**

Salzkartoffeln **300 g**

Petersilie **2 EL**

Salz, weißer Pfeffer **nach Geschmack**

ZUBEREITUNG

1 Seezungen trockentupfen, auf beiden Seiten leicht mehlieren. Überschüssiges Mehl abklopfen.

2 Salzkartoffeln: Kartoffeln schälen, in kochendem Salzwasser 20 min. garen. Abgießen, mit Butter und Petersilie schwenken.

3 Butter in einer großen Pfanne schäumen lassen bis sie nussbraun wird (Beurre Noisette). Seezungen einlegen — je Seite 4–5 min. bei mittlerer Hitze braten.

4 Krabben kurz in der restlichen Butter erwärmen (nicht braten!), Dill untermischen, Zitronensaft zugeben. Seezunge auf dem Teller, Krabben-Dill-Butter darüber, Kartoffeln dazu.

◆ TIPP VOM KÜCHENCHEF

Die Seezunge in Beurre Noisette (nussbrauner Butter) ist ein Monument der klassischen französischen Fischküche. Die Butter darf braun werden — aber nicht verbrennen (dann wird sie bitter). Das Mehl gibt nur eine dünne Hülle für Farbe und leichte Bindung. Nordsee-Krabben (Crangon crangon) sind Krabben, keine Garnelen — kleiner, intensiver im Geschmack.