



Ein Stück Sommer auf dem Teller: Michael Link hat für die AZ ein neues Rezept erdacht. Der Seeteufel wird unter der Tomatenkruste gebacken.

Fotos: Gr

Tomate sucht Partner

Das Gemüse kann viel mehr, als sich unter Mozzarella verstecken. Die beste Geschmacks-Ehe gehen sie mit Fisch und Meeresfrüchten ein. Also ran an das rote Gewächs – jetzt hat es Saison

Beachtet wird sie viel zu wenig: die Tomate. Im Salat oder unter Mozzarella versteckt, ist sie ein Klassiker in den deutschen Küchen geworden. Doch wirklich kreativ kochen die Wenigsten mit ihr. „Mit Tomaten lässt sich so vieles verfeinern oder aufpeppen“, sagt dagegen Michael Link, Koch vom Münchner Res-

taurant No.5 in der Thierschstraße.

Die beste Zeit um neue Rezepte auszuprobieren: „Jetzt, denn die Tomaten haben Saison“, sagt Link. Und nicht nur zu Klassikern ist die Tomate ein hervorragender Duettpartner. Auch zu Fisch, Meeresfrüchten, Pilzen, Gries und Artischocken passt sie perfekt.

Häufiges Vorurteil gegen das Nachtschattengewächs: Sie schmeckt nach Wasser. „Leider kommt das vor“, sagt Link, „aber mit einer Essenz holt man das Beste aus der Tomate heraus.“ Beim guten Gemüsehändler ist die Tomate meistens reif, anders im Supermarkt. Dort lohnt sich der Geruchstest: Dufteten die Tomaten nach ihrem Grün und süßlich, haben sie einen guten Geschmack.

Eine tolle Kombination sind Tomaten zu Fisch. Schnell in



Klar wie Klosbrühe: Mozzarella-Nockerl in Tomatenessenz.

Folie mit Olivenöl, Thymian und Rosmarin gegart schmecken sie sommerlich-frisch

aus dem Ofen oder vom Grill. Kurz in Öl mit Croutons geschwenkt sind sie eine lauwarme Alternative zum Salat. Als Chilisugo harmoniert sie mit allen Arten von Meeresfrüchten. Mit etwas mehr Aufwand lässt sich auch eine tolle Kruste für den Fisch herstellen (siehe Rezept), dass die typische Semmelbrösel-Panade aussticht. Link: „Machen Sie ruhig etwas mehr von der Kruste. Sie schmeckt am nächsten Tag auch als Brotaufstrich.“

Anne Kathrin Koophamel

VORSPERISE

Tomatenessenz mit Mozzarella-Basilikum-Nocken

Zutaten (für 4 Personen): 1 Kilo Tomaten, 2 Zweige Rosmarin, 3 Zweige Thymian, 1 Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer, 250 ml Milch, 90 g Gries, 1 Eigelb, 10 g Butter, 60 Mozzarella, 10 Basilikumblätter, Muskatnuss; Achtung: muss über Nacht abtropfen!

Zubereitung:

● Tomaten vierteln. Anschließend mit Kräutern, Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen. Das Ganze pürieren und die Masse in ein Tuch geben. Dieses in ein Sieb legen und über Nacht in einen Topf austropfen lassen.

● Milch mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss aufkochen. Den Gries unterrühren und unter ständigem Rühren die Masse kurz aufkochen bis sie Blasen wirft. Topf vom Herd nehmen.

● Eigelb, gehackten Mozzarella und gehackten Basilikum mit Butter unterrühren. Kurz abkühlen lassen.

● Hände mit kaltem Wasser befeuchten und aus dem Teig kleine Nocken formen. Diese in kochendes Salzwasser geben, bis Nocken oben schwimmen.

● Aufgefangenen Tomatensaft aufkochen und würzen. Nocken auf Teller geben und mit Essenz auffüllen.

HAUPTGERICHT

Seeteufel unter der Tomatenkruste

Zutaten (für 4 Personen): 600 g küchenfertiger Seeteufel-Schwanz, 70 g Tomatenmark, 6 Scheiben Toastbrot, 1 Rosmarinzweig, 1 Thymianzweig, 2 Eigelb, 100 ml trockener Weißwein, 3 EL Olivenöl, 12 Artischockenböden (frisch oder aus der Dose), 4 Scheiben geräucherter Speck, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

● Vom Toast die Rinde entfernen und in Würfel schneiden. Rosmarin und Thymian zupfen, hacken. Brot, Tomatenmark und Kräuter pürieren.

● Artischocken und Speck würfeln.

Speck in Pfanne auslassen, Artischocken zugeben. Bei kleiner Hitze schwenken, bis die Artischocken bissfest gegart sind.

● Fisch in vier Stücke schneiden, salzen, pfeffern und von beiden Seiten etwa 3 Minuten anbraten.

● Fisch auf ein Backblech legen, mit Tomatenpüree bedecken und unter dem Grill im Backofen eine Minute überbacken.

● Eigelb und Weißwein im Wasserbad schaumig schlagen. Vorsichtig unter Rühren das Öl einfließen lassen.

● Fisch auf Artischocken setzen, Sabayon verteilen.

MITTWOCH
MÄNNER & FRAUEN

DONNERSTAG
DIGITALE WELT

FREITAG
KINDER & FAMILIE

SAMSTAG
ESSEN & TRINKEN