

# Wolfsbarschfilet mit Champagnerschaum und Spargel-Risotto

---

😊 [happy-mahlzeit.com/2021/07/21/wolfsbarschfilet-mit-champagnerschaum-und-spargel-risotto](https://happy-mahlzeit.com/2021/07/21/wolfsbarschfilet-mit-champagnerschaum-und-spargel-risotto)

## Zutaten für 2 Personen

### Für den Wolfsbarsch:

- 2 Wolfsbarschfilets á 200 g mit Haut
- 3 EL Mehl
- 1 TL Fischgewürz
- Olivenöl zum Anbraten
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

### Für den Spargel-Risotto:

- 150 g Risotto-Reis
- 6 Stangen grüner Spargel
- 1 Schalotte
- 1 Zitrone
- 150 g Butter
- 200 g Parmesan
- 450 ml Gemüsefond
- 200 ml trockener Weißwein
- 1/2 TL Safranpulver
- 3 EL Olivenöl

### Für den Champagnerschaum:

- 80 ml Champagner
- 80 ml Gemüsefond
- 50 ml Sahne
- 30 g kalte Butter
- 1 TL Puderzucker
- 1 Limette
- 1 Lorbeerblatt
- 1 g Xanthan
- Salz
- Cayennepfeffer

### Für die Garnitur:

- 1 Zitrone
- 1/2 Bund Schnittlauch
- Kresse
- Fleur de Sel

### **Zubereitung:**

Für das Wolfsbarschfilet Olivenöl mit dem Fischgewürz in einem Teller vermengen. Die Filets waschen, trocken tupfen und mit Öl bestreichen, die Hautseite mit Mehl bestäuben. In einer Pfanne den Fisch mit wenig Öl bei mittlerer Hitze ca. 4 Minuten kross anbraten, den Fisch dabei wenden. Danach die Pfanne vom Herd nehmen und warm stellen.

Für den Risotto den Fond in einem Topf erhitzen und eine Messerspitze Safran dazugeben.

Die Schalotte abziehen und kleinhacken. In einem weiteren Topf Olivenöl erhitzen und die Zwiebelwürfel darin bei milder Hitze glasig dünsten. Den Reis dazugeben und kurz andünsten. Mit Wein ablöschen und das Risotto etwa 15 Minuten einköcheln lassen. Unter gelegentlichem Rühren immer wieder etwas von dem heißen Fond hinzugeben.

Den Spargel schälen, in Stücke schneiden und zum Risotto-Reis geben. Parmesan reiben und mit Butter unterrühren.

Für den Champagnerschaum Puderzucker in einen Topf sieben und bei mittlerer Hitze hell karamellisieren lassen. Anschließend mit Champagner ablöschen und die Flüssigkeit auf 1/3 einköcheln lassen. Den Fond angießen, das Lorbeerblatt und den Pfeffer hinzugeben und die Flüssigkeit wieder auf 1/3 reduzieren lassen. Danach die Sahne unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Von der Limette einzelne Zesten reißen. Auch diese in die Sauce geben und wenige Minuten ziehen lassen. Danach die Sauce durch ein Sieb abgießen. Mit dem Stabmixer die kalte Butter in die Sauce unterrühren, Xanthan hinzufügen und für den Schaum in eine Espumafflasche einfüllen.

Für die Garnitur die Zitrone halbieren und in Scheiben schneiden. Schnittlauch klein schneiden.

Das Wolfsbarschfilet auf Tellern anrichten und mit Fleur de Sel würzen. Den Champagnerschaum mit Spargel-Risotto dazugeben, mit Schnittlauch und Zitronenscheiben garniert servieren.

Rezept: Jakob Wolf

Quelle: Die Küchenschlacht vom 14. Juli 2016

Episode: Hauptgang & Dessert