

# Bioleks: Fisch in der Salzkruste mit Butter-Sauce

---

 [happy-mahlzeit.com/rezepte/bioleks-fisch-in-der-salzkruste/](https://happy-mahlzeit.com/rezepte/bioleks-fisch-in-der-salzkruste/)

## Zutaten:

- 1 ganzer Meeresfisch mit 1 - 1,5kg, z.B. Dorade, Loup de mer oder Red Snapper
- 1 Handvoll gemischte frische Kräuter, z.B. Dill, glatte Petersilie, Kerbel, Fenchelgrün, Rosmarin
- 4 Eier
- 2 kg grobes Meersalz

## Für die Butter-Sauce:

- 1 Schalotte
- 1 EL Weißwein-Essig
- 4 EL Weißwein
- 2 EL kleine Kapern
- 80g eiskalte Butterstückchen
- Salz
- weißer Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitung:

Den Fisch eventuell ausnehmen, die Kiemen mit einer Schere herausschneiden. Schuppen ist nicht nötig. Den Fisch unter fließendem Wasser waschen und sorgfältig mit Küchentuch trocken.

Die Kräuter waschen, trocknen und in die Bauchhöhle des Fisches füllen.

Die Eier trennen und die Eiweiße zu Schnee schlagen. Den Eischnee in einer Schüssel mit dem groben Salz vermischen, so dass eine formbare Masse entsteht. Bei Bedarf etwas Wasser dazugeben.

Den Backofen auf 230°C vorheizen.

Die Hälfte der Salzmischung auf eine Form oder ein tiefes Backblech schichten, den Fisch darauf legen und gleichmäßig mit dem restlichen Salz bedecken. Die Masse dabei gut andrücken. Den eingepackten Fisch in den Ofen schieben und ca. 45 Minuten backen.

Kurz vor Ende der Backzeit die Butter-Sauce zubereiten. Dafür die Schalotte pellen, sehr fein würfeln und in eine kleine Pfanne geben. Essig und Wein zugießen und offen dünsten, bis die Flüssigkeit fast verdunstet ist.

Den Fisch aus dem Ofen nehmen und noch ca. 5 Minuten ruhen lassen.

Bei kleinster Hitze die Butter mit einem Schneebesen nach und nach unter die eingekochten Schalotten schlagen, bis eine sämige Sauce entstanden ist. Die Kapern untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Salzkruste vom Fisch an der Seite rundum aufschneiden, notfalls mit einem Hammer aufklopfen, und den Deckel abheben. Alle Salzkörner vom Fisch abstreifen, die Haut abziehen und den Fisch auf Teller portionieren. Mit der Butter-Sauce übergießen und servieren.

*Rezept: Alfred Biolek*

*Quelle: alfredissimo! 12.9.1997*

*Prominenter Gast: Karin Tietze-Ludwig*