

Schwertfisch-Filet, Tomaten-Brot-Salat, Basilikum-Pesto

Für zwei Personen

Für den Tomaten-Brot-Salat:

50 g Fenchelsalami	200 g Kirschtomaten	75 g Rucola
1 Baguette	15 g Parmesan	3 EL dunkler Balsamicoessig
3 EL Olivenöl	3 Stängel Basilikum	Salz, Pfeffer

Für das Basilikum-Pesto:

1 Knoblauchzehe	50 g Pecorino	2 EL Pinienkerne
$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	50 g glatte Petersilie	150 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Schwertfischfilet:

350 g Schwertfischfilet am Stück	Olivenöl	Meersalz, Pfeffer
----------------------------------	----------	-------------------

Für den Tomaten-Brot-Salat:

Tomaten waschen, halbieren, entkernen und in eine große Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Baguette in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl knusprig braten.

Rucola waschen, trockenschleudern und grobe Stiele entfernen. Basilikum abbrausen, trockenwedeln. Salami in kleine Stücke reißen, geröstete Brotscheiben in grobe Stücke brechen. Salami und Brotstücke zusammen mit Rucola und Basilikum zu den Tomaten geben.

Olivenöl und Balsamico zufügen und gut vermengen. Für die Garnitur Parmesan hobeln und beiseite stellen.

Für das Basilikum-Pesto:

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten. Knoblauch abziehen. Basilikum- und Petersilienblätter von den Stielen abzupfen. Pecorino reiben. Pinienkerne zusammen mit Basilikum, Petersilie, Knoblauch und Pecorino in einen Mixer geben und langsam Olivenöl dazugießen, bis eine feine Paste entsteht. Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Schwertfischfilet:

Schwertfischfilets waschen, trocken tupfen und mit Olivenöl beträufeln. Beide Seiten 1 bis 2 Minuten in einer Grillpfanne braten. Mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Schwertfischfilet mit Tomaten-Brot-Salat und Basilikum-Pesto auf Tellern anrichten, mit Parmesan bestreuen und servieren.

Benjamin Jansen am 19. September 2017