

LEVEL: MITTEL  
FÜR 4 PERSONEN

# GEGRILLTER ZACKENBARSCH MIT WEISSWEIN, KÜRBIS UND OLIVENÖL

An den östlichen Ufern des Mittelmeers betrachtet man den Zackenbarsch als den König der Fische. Sein festes, saftiges Fleisch kann sehr viel Aroma aufnehmen, ohne dass der unverwechselbare Eigengeschmack überdeckt wird. Die Süße des Butternusskürbis – er ist eine moderne Bereicherung der traditionellen Auswahl an Gemüsesorten – ist hier eine besonders gelungene Ergänzung. Wenn der ganze Fisch direkt aus dem Ofen auf den Tisch kommt, ist das sehr beeindruckend.

## ZUTATEN

1 Butternusskürbis, ungeschält  
4 Esslöffel natives Olivenöl extra  
1 Teelöffel grobkörniges Meersalz  
Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer nach Belieben  
1 rote Zwiebel, in Ringe geschnitten  
1 ganzer Zackenbarsch oder Wolfsbarsch, Gewicht ca. 1 kg  
1 Zweig fein gehackte Oreganoblätter, zusätzlich vier kleine Zweige  
½ Teelöffel geriebene Zitronenschale  
2 Knoblauchzehen, zerdrückt

## ZUBEREITUNG

Den Ofen auf 250 °C vorheizen.  
Den Butternusskürbis der Länge nach halbieren und mit einem Löffel die Samen entfernen.  
Die Hälften in 2 cm dicke Scheiben schneiden.  
Die Scheiben auf einem Backblech anrichten, mit 2 Esslöffeln Olivenöl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. 20 Minuten rösten, bzw. so lange, bis der Kürbis weich und etwas gebräunt ist.  
Inzwischen die Zwiebelringe auf ein Bratblech legen und mit 2 Esslöffeln Olivenöl beträufeln.  
Den weichen Kürbis aus dem Ofen nehmen (Ofen eingeschaltet lassen) und die Kürbisscheiben auf den Zwiebelringen verteilen.  
Den Fisch auf ein Schneidebrett legen, mit einem scharfen Messer einen Schnitt vom Kopf bis zum Schwanz ausführen.  
Die gehackten Oreganoblätter, die Zitronenschale und den Knoblauch in einer kleinen Schüssel vermischen. Die Masse mit den Fingern an der aufgeschnittenen Seite in den Fisch geben.  
Den Fisch auf die Zwiebeln und den Kürbis legen, wenn möglich mit dem Schnitt nach oben.  
Die Oreganostängel auf dem Bratblech verteilen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Alufolie abdecken.  
15 Minuten braten, dann die Alufolie abnehmen und nochmals weitere 7 bis 8 Minuten garen. Den ganzen Fisch direkt aus dem Ofen auf dem Tisch servieren.

