

Linguine frutti di mare

Zutaten :

250 g kleine Rotbarbenfilets
600 g rohe, mittelgrosse Crevetten (= 300 g geschält)
1 kg Palourdes (Venusmuscheln)
500 g Tintenfischringe
8 mittlere Jakobsmuscheln
1 Tomate
1 handvoll Basilikumblätter
500 g Linguine
1 Glas Weisswein
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe

Olivenöl, Piment d'Espelette, Salz

Nudelwasser aufsetzen und während es zum Kochen gebracht wird:

die Fischfilets mit einem Küchentuch abtrocknen
die Muscheln waschen
die Crevetten schälen und putzen
die Tomate entstrunken, entkernen und in 5 mm grosse Würfel schneiden
die Schalotte und die Knoblauchzehe schälen und fein würfeln.

Sobald die Nudeln im Wasser sind, die Rotbarbenfilets salzen und in heissem Olivenöl in einer antihafbeschichteten Pfanne auf der Hautseite kurz anbraten. Nach einer Minute wenden, den Deckel draufgeben und die Pfanne beiseite stellen, damit sie so fertigkochen können

In einer Eisen- oder Edelstahlpfanne bei voller Hitze die nachfolgenden Zutaten nacheinander anbraten, bei jedem neuen Bratvorgang immer wieder etwas Olivenöl zugeben und anschliessend das gebratene in einer Schüssel beiseite stellen:

Crevetten anbraten, bis sie deutliche Röstspuren aufweisen

die Tintenfischringe portionsweise anbraten (bis sie deutliche Röstspuren aufweisen) und nach ca. 1 Minute wenden, mit etwas Piment d'Espelette würzen und nochmal eine Minute weiterbraten und dann zu den Crevetten geben (die Tintenfischringe nicht alle zusammen anbraten, da sonst die Hitze der Pfanne zu sehr absinkt und dann die Tintenfischringe ihr Wasser abgeben und zäh werden; also besser auf 2 oder 3 mal aufteilen)

Die Jakobsmuscheln anbraten, nach einer Minute wenden und nach einer weiteren Minute beiseite stellen

Die Muscheln mit den Schalottenwürfelchen in die heisse Pfanne geben, nach einer Minute den Knoblauch zugeben, den Wein angiessen und damit den Bratansatz loskochen – den Bratansatz evtl. zusätzlich mit dem Küchenschaber etwas anlösen

Die Nudeln in das Nudelsieb abgiessen, sobald sie al dente sind und sofort – also ohne sie lange abtropfen zu lassen mit den Muscheln und dem abgelösten Bratfond vermengen.

Alle anderen angebratenen Zutaten darüber verteilen, die Tomatenwürfel und das grob zerrupfte Basilikum darübergerben und sofort servieren.

www.robert-de-paca.com