

**Loup de mer | Muscheln | Algen**  
**José Avillez**

**Loup de mer**

4 Tranchen Loup de mer – Filet mit Haut, á 80 g (von einem 3 - 4 kg schweren Loup de mer)  
500 ml Wasser  
10 g Salz  
etwas Muschelwasser (siehe Teilrezept »Muschelwasser«)

**Muschelwasser**

1 kg frische Miesmuscheln  
250 ml Wasser

**Muscheln**

250 g frische Herzmuscheln  
500 g frische Messermuscheln  
100 ml Salzlake (2 % Salzanteil)

**Algen**

50 g frischer Lechuga de mar (Meeressalat)  
50 g frische rote Tosaka-Algen  
50 g frische grüne Tosaka-Algen  
20 g frische Codium-Algen  
etwas Muschelwasser (siehe Teilrezept »Muschelwasser«)

**Anrichten**

12 eingelegte Sea grapes (Meerestrauben, Umibudo-Algen), 5 Minuten gewässert und in 1,5 cm lange Stücke geschnitten  
frischer Seefenchel

### **Loup de mer**

Die Fischfilet-Tranchen von den Gräten befreien. Das Salz in dem Wasser auflösen. Den Fisch 1 Stunde in die Salzlake legen, dann trocken tupfen und einzeln vakuumieren. Den Fisch im Wasserbad bei konstant 54°C 12 Minuten garen, dann herausnehmen und kurz ruhen lassen. Anschließend in etwas heißem Muschelwasser kurz wenden und anrichten.

### **Muschelwasser**

Die Miesmuscheln waschen, putzen und verlesen, anschließend auf einem Blech verteilen. Das Wasser angießen und die Muscheln im Dampfgarofen bei 100°C 10 - 12 Minuten garen. Die gegarten Miesmuscheln anderweitig verwenden. Den Miesmuschelsaft durch ein feines Sieb passieren und mit etwas Zitronensaft abschmecken. Das Muschelwasser kurz vor dem Anrichten erhitzen.

### **Muscheln**

Die Herz- und Messermuscheln waschen, putzen und verlesen. Die Herzmuscheln 13 Sekunden in kochendem Wasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Das Herzmuschelfleisch aus den Schalen lösen, halbieren und säubern. Die Messermuscheln mit der Salzlake vakuumieren. Dann den Vakuumierbeutel 2 Minuten in kochendes Wasser legen und in Eiswasser abschrecken. Die Messermuscheln aus dem Vakuumierbeutel nehmen. Den Messermuschelfond auffangen, passieren und kalt stellen. Das Messermuschelfleisch aus den Schalen lösen, säubern und in kleine Stücke schneiden. Das vorbereitete Muschelfleisch kalt stellen und kurz vor dem Anrichten in etwas Messermuschelfond warm ziehen.

### **Algen**

Den Meeressalat 5 Sekunden in kochendem Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Unversehrte Stücke abtropfen lassen und luftdicht kalt stellen. Die roten und die grünen Tosaka-Algen mit kaltem Wasser waschen, damit kein Salz mehr dran haftet. Anschließend abtropfen lassen und ebenfalls luftdicht kalt stellen. Sollten die Codium-Algen vakuumiert sein, diese herausnehmen und auf einem Blech verteilen und 4 – 5 Stunden atmen lassen. Die Codium-Algen dann in Stücke schneiden und in kaltem Wasser waschen, abtropfen lassen und ebenfalls luftdicht kalt stellen. Kurz vor dem Anrichten etwas Muschelwasser erhitzen, die vorbereiteten Algen zugeben und nur kurz erwärmen.

### **Anrichten**

Je 1 Tranche Loup de mer – Filet mit der Haut nach oben mittig auf 4 tiefe Teller setzen. Den Fisch reichlich mit Messermuschelstücke, Herzmuscheln und Algen ausschmücken. Alles mit Meerestraubenstücke und frischem Seefenchel garnieren. Zum Schluss vorsichtig warmes Muschelwasser angießen.