

Dorade in der Salzkruste

Zutaten für 4 Personen:

2 Doraden á 500g, geschuppt und ausgenommen

4 kg Meersalz, (sel de guerande)

200 g Mehl

100 g Speisestärke

8 Eier

je 4 Zweige Basilikum, Estragon, Petersilie, Thymian

2 geschälte Knoblauchzehen

Die Doraden waschen und mit Küchenkrepp trocknen. Flossen mit einer Küchenschere abschneiden (damit sie nicht am Salzteig festkleben). Den ausgenommenen Bauch mit Kräutern und Knoblauchzehen füllen.

Alle Zutaten für den Salzteig in der Küchenmaschine zusammenrühren.

Alufolie auf ein umgedrehtes Backblech geben und den Fisch gleichmäßig in die Salzkruste einpacken. Im vorgeheizten Ofen bei 180°C ca. 25 Minuten garen. Die Salzkruste ringsherum auf der Höhe der Rückenflosse vorsichtig mit einem Sägemesser aufschneiden und den Fisch tranchieren.

Peperonata

Zutaten für 4 Personen:

2 Tomaten (geviertelt, gehäutet und entkernt)

2 rote Paprika, 2 gelbe Paprika, 8 Kapernäpfel

8 Frühlingszwiebeln, 1 rote Zwiebel, geschält

1 Knoblauch, geschält, 8 grüne Oliven, entsteint

12 Basilikumblätter, fein geschnitten

10 Estragonblätter, fein geschnitten

3 El bestes Olivenöl, Etwas Fleur de sel, Etwas Piment

Die Paprikaschoten vierteln, entkernen und im vorgeheizten Ofen (Grillstufe) mit Oberhitze grillen, bis die Paprika schwarz ist. Mit einem feuchten Küchentuch abdecken und auskühlen lassen. Die Haut abziehen und die Paprika in Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebel in Ringe, die Zwiebel in Streifen und den Knoblauch in Scheiben schneiden.

Das Olivenöl in einer Wokpfanne erhitzen und die Zwiebeln mit dem Knoblauch anschwitzen, mit Salz und Piment würzen. Die Paprika zufügen und alles ca. 5 Minuten schmoren lassen. Tomatenfilets, Kapernäpfel und Kräuter dazu geben und abschmecken.

Die Peperonata auf vier vorgewärmten Tellern anrichten und die Fischfilets darauf legen.