

Dorade in Salzkruste mit Tomatensugo

Für die Dorade:

4 Doraden

500 g grobes Meersalz

6 Eiweiß, 150 g Kräuter der Saison

etwas Olivenöl, Pfeffer

Für das Tomatensugo:

800 g Tomaten 1 EL Basilikum

50 g Karotten 100 g Stangensellerie

100 g Zwiebeln etwas Olivenöl

Salz, Pfeffer

**Doraden gut säubern, unter kaltem Wasser
abspülen, mit einem Küchentuch trocken**

tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Kräuter grob schneiden und in den Bauch der Doraden füllen. Auflaufform mit etwas Olivenöl bepinseln und die vorbereiteten Doraden dort hinein geben. Eiweiß in einer kleinen Schüssel steif schlagen und anschließend das Meersalz unterheben. Masse auf die Doraden geben, mit den Händen glatt streichen und direkt bei 200°C für ca. 25-30 Minuten im vorgeheizten Backofen backen. Nach dem Garen, die leicht gebräunte Salzkruste aufschlagen, Doraden herausnehmen, vom restlichen Salz befreien und direkt servieren. Für das Tomatensugo, alle Zutaten klein schneiden und anschließend in einem Topf mit Olivenöl kochen. Diese Gemüsemischung danach mit einem Löffel durch ein Haarsieb passieren, die aufgefangene Soße in einen Topf geben und mit Pfeffer, Salz, etwas Olivenöl und Basilikum würzen.