

Gebratene Dorade Royale auf Pinienkern-Risotto

Für 2 Personen

2 Doradenfilets a 100 g	100 g Rundkornreis	1 Frühlingszwiebel
1 Schalotte	2 Zweige Thymian	1 Zweig Rosmarin
0,5 Bund Schnittlauch	0,5 Bund glatte Petersilie	25 g getrocknete Tomaten
3 EL Mehl	40 g Pinienkerne	30 g Parmesan
80 g Butter	400 ml Geflügelfond	100 ml trockener Weißwein
4 EL Olivenöl	Kerbel, Salz, Pfeffer	

Die Schalotte abziehen und klein würfeln. Die Butter in einem Topf zerlaufen lassen, die Schalottenwürfel begeben und kurz glasig dünsten. Den Reis beimengen und mit andünsten. Mit 200 Milliliter Geflügelfond und dem Weißwein aufgießen, salzen und pfeffern. Abgedeckt 6 Minuten kochen lassen, vom Herd nehmen und weitere zehn Minuten ziehen lassen. Danach auf ein Blech aufstreichen und auskühlen lassen. Zwei Esslöffel Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen. Die Doradenfilets waschen und trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Fisch mit der Hautseite nach unten kross braten, den Rosmarin- und Thymianzweig sowie 30 Gramm Butter dazugeben und den Fisch von der anderen Seite langsam gar braten. Die Pinienkerne in einer Pfanne rösten. Die Frühlingszwiebel waschen und in 5 Millimeter dicke Ringe schneiden. Den Schnittlauch, die Petersilie und die Blätter eines Thymianzweigs kleinhacken. Den Parmesan reiben. Die getrockneten Tomaten in feine Streifen schneiden, in zwei Esslöffeln Olivenöl in einem Topf anschwitzen, mit 200 Milliliter Geflügelfond aufgießen und aufkochen. Den ausgekühlten Reis begeben, einmal kurz aufkochen, etwas quellen lassen und mit 30 Gramm Butter sowie dem Parmesan binden. Die Petersilie, den Schnittlauch, die gehackten Thymianblätter, die Frühlingszwiebelringe und die gerösteten Pinienkerne unterheben und mit Salz abschmecken. Das Risotto auf einem Teller anrichten, die gebratenen Doradenfilets darauflegen und mit gezupftem Kerbel garnieren.

Jochen Brückner am 13. Januar 2011