

Dorade mit Spargel-Schuppen, Wild-Spargel, Weißwein-Soße

Für zwei Personen

Für die Dorade:

| | | |
|------------------------|----------------------------|-----------------|
| 2 dicke Doraden-Filets | 6 dicke St. grünen Spargel | 1 Knoblauchzehe |
| 2 Zweige Thymian | Piment d'Espelette | 2 EL Olivenöl |
| Meersalz | Salz | Eiswasser |

Für den Wildspargel:

| | | |
|--------------------|--------------------------|---------------|
| 1 Bund Wildspargel | 1 Zitrone, Saft & Abrieb | 4 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Weißweinsauce:

| | | |
|--------------------|--------------------|-----------------|
| 1 kleine Schalotte | 1 Zitrone | 2 EL Butter |
| 100 g Sahne | 1 EL Crème-fraîche | 100 ml Weißwein |
| 3 cl Wermut | 250 ml Fischfond | 2 EL Maisstärke |
| Salz | weißer Pfeffer | |

Für die Dorade:

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Fischfilets unter kaltem Wasser abspülen, mit Küchenpapier trockentupfen und auf beiden Seiten leicht salzen.

Knoblauch andrücken und abziehen. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Olivenöl, Knoblauch und Thymian in eine heiße Pfanne geben und die Filets auf der Hautseite bei mittlerer Hitze 3-5 Minuten braten.

Den grünen Spargel 5 Minuten kochen, in Eiswasser abschrecken und daraus etwa 2 Cent große Stücke stanzen.

Vom Fisch die Haut abziehen und das Fischfilet mit Piment d'Espelette und Meersalz würzen. Die ausgestanzten Spargelkreise auf dem Fisch so platzieren, dass sie wie die Schuppen des Fisches wirken. Fisch kurz in den Ofen geben, sodass der Spargel erwärmt wird, der Fisch aber dennoch glasig bleibt.

Für den Wildspargel:

Wildspargel ggf. putzen und in einer Pfanne mit Olivenöl 3-4 Minuten knackig braten. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Mit Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb und einem Spritzer Zitronensaft würzen.

Für die Weißweinsauce:

Schalotte abziehen und würfeln. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und 2 Streifen Schale von der Zitrone schneiden. Dann Zitrone halbieren und Saft auspressen.

1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte darin glasig dünsten, dann Zitronenschale mit hineingeben. Mit Wermut ablöschen, dann mit Weißwein und Fischfond auffüllen und die Flüssigkeit bei mittlerer Hitze auf die Hälfte reduzieren lassen. Sahne hinzufügen und 5 Minuten mit köcheln lassen. Sauce passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit 3 Tropfen Zitronensaft, 1 EL Butter und Crème fraîche verfeinern. Sauce ggf. mit Stärke binden.

Carla Weissbacher am 26. April 2022