

Doraden-Filet, Datteltomaten-Dattel-Kompott, Drillinge

Für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Doradenfilets, mit Haut
Salz

Mehl
Pfeffer

Butterschmalz

Für das Datteltomaten-Dattel Kompott:

8 Datteltomaten
50 ml Gemüsefond
3 TL rosenscharfes Paprikapulver

4-6 Datteln
50 ml Balsamicoessig
Olivenöl

2 Schalotten
1 EL. Agavendicksaft
Salz, Pfeffer

Für die Drillinge:

400 g Drillinge

2 Zweige Thymian

Öl, Salz, Pfeffer

Für die Dinkelbrot-Croûtons:

1 Scheibe Dinkelbrot

$\frac{1}{2}$ EL Butter

Für den Dip:

$\frac{1}{2}$ Bund Rucola
Zucker

150 g Joghurt
Salz

1 Limette
Pfeffer

Für den Fisch:

Die Doradenfilets mit Salz und Pfeffer würzen und mehlieren.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Doradenfilets auf der Hautseite braten.

Für das Datteltomaten-Dattel Kompott:

Datteln vom Kern befreien und in Streifen schneiden. Datteltomaten waschen, trockentupfen und halbieren. Schalotten abziehen und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten darin glasig anbraten. Tomaten und Datteln dazugeben und mit Balsamicoessig und Agavendicksaft bei geringer Hitze etwas köcheln lassen. Zum Schluss den Gemüsefond dazugeben. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Drillinge:

Drillinge in Salzwasser garkochen, abseihen, dann längs halbieren und kurz in der Fritteuse fritieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Thymian abbrausen, trockenwedeln und hacken. Kartoffeln mit Thymian bestreuen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Dinkelbrot-Croûtons:

Dinkelbrot in Würfel schneiden, Butter in einer Pfanne heiß werden lassen und die Würfel darin anbraten. Auf einem Küchenpapier auskühlen lassen.

Für den Dip:

Rucola waschen, trockenschleudern und klein schneiden. Dann fein pürieren und in den Joghurt einrühren. Limette unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Joghurt mit Limetenabrieb, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Gisela Schang am 24. August 2022