

Doraden-Filet, Kichererbsen-Püree, Garnelen, Pampelmusen

Für 4 Personen

Doradenfilets:

4 Doradenfilets	1 Limette	8 Pflaumen, getrocknet
6 EL Olivenöl	1 EL Koriander, frisch	1 Zehe Knoblauch
4 EL Panko-Paniermehl	Salz	

Kichererbsenpüree:

2 Limetten	450 g Kichererbsen, gekocht	4 EL Olivenöl
4 Zehen Knoblauch	50 g Butter	8 Eiswürfel, mittelgroß

Garnelen-Pampelmusen-Beilage:

12 Garnelen, groß	2 Pampelmusen	2 Schalotten
1 Zehe Knoblauch	4 TL Olivenöl	1 TL Kreuzkümmel, gemahlen
1 TL Paprikapulver, süß	2 cm Ingwer	8 Tomaten, getrocknet
1 EL Koriander, frisch	8 Eiswürfel, mittelgroß	

Den Backofen auf 185 Grad vorheizen.

Doradenfilets:

Etwa zwei Esslöffel Saft der Limette auspressen. Die Doradenfilets mit dem Limettensaft beträufeln und eine Stunde stehen lassen. Die entkernten Pflaumen in einer Schüssel pürieren und mit Knoblauch, Koriander, Olivenöl und einer Prise Salz vermengen. Diese Masse mit dem Panko-Paniermehl vermischen, daraus eine ein Zentimeter dicke Kruste bilden und damit den Fisch bedecken. Für zwölf Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Kichererbsenpüree:

Drei Esslöffel Limettensaft auspressen. Kichererbsen, Olivenöl, Knoblauchzehen, Limettensaft und Butter in einen Thermomixer geben und vier Minuten bei 90 Grad erhitzen. Danach die Eiswürfel dazugeben und langsam mit der Masse vermischen.

Garnelen-Pampelmusen-Beilage:

Die Garnelen drei Minuten kochen und dann in einer Schüssel mit Eiswürfelwasser abschrecken. Die Pampelmusen in kleine Stücke schneiden und abwechselnd mit den Garnelen schichten. Die Schalotten und die Knoblauchzehe schälen und mit Olivenöl, Kreuzkümmel, Paprikapulver, Ingwer, Tomaten, Koriander, Eiswürfeln und etwas Limettensaft in einem Mixer pürieren. Diese Masse über die Garnelen und Pampelmusen geben und mit frischem Koriander garnieren.

Chakall am 15. Juli 2011