

GEGRILLTE DORADE „LEMON“

ZUTATEN

Hauptgericht für 4 Personen

für die Sauce: 1 mittelgroße Zwiebel, 2 EL Olivenöl, 200 ml Fischfond, 100 ml Weißwein, 2 EL Fruchtwerker „Zitrone & Essig“, 100 g eiskalte Butter, 1 Stängel Estragon, 2 Stängel Zitronenmelisse, Salz, Pfeffer

für Doraden und Gemüse: 4 küchenfertige Doraden à ca. 300 g, Salz, Pfeffer, 4 EL Olivenöl, 4 Tomaten, 1 Fenchelknolle. Außerdem Zitronenscheiben zum Garnieren.

ZUBEREITUNG

Den Grill anheizen.

Für die Sauce die Zwiebel schälen und klein würfeln. In einem kleinen Topf das Olivenöl erhitzen und die Zwiebelwürfel darin ca. 5 Minuten anschwitzen. Mit Fischfond und Weißwein ablöschen und bei geöffnetem Deckel und starker Hitze ungefähr auf die Hälfte einkochen. Den Topf vom Herd nehmen.

Für Doraden und Gemüse die Fische kalt abspülen, trocken tupfen und innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fische von außen mit einem scharfen Messer drei- bis viermal schräg etwa bis zur Mittelgräte einschneiden. Anschließend mit dem Olivenöl einpinseln. Den Fenchel waschen, die harten Strünke abschneiden und die Knollen in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Ebenfalls mit Öl einpinseln und leicht salzen. Die Tomaten waschen. Fisch, Fenchelscheiben und Tomaten auf den Grill legen. Die Doraden von jeder Seite etwa 10 Minuten grillen.

Inzwischen für die Sauce die Kräuter waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Sauce erneut aufkochen, Fruchtwerker „Zitrone & Essig“ dazugeben und kurz weiterkochen. Den Topf vom Herd nehmen und die kalte Butter flöckchenweise mit einem Schneebesen unterschlagen. Estragon und Zitronenmelisse dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fruchtwerker