

Gebratene Dorade mit Spinat-Risotto

Für zwei Personen

2 Doradenfilets	150 g Risottoreis	100 g junger Blattspinat
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	80 g Parmesan, am Stück	70 g Butter
100 ml Weißwein	350 ml Geflügelfond	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zunächst den Geflügelfond in einem Topf erhitzen und warm halten. Nun den Spinat waschen und trocken tupfen. Die Schalotten abziehen und fein würfeln. Danach etwas Öl in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin glasig dünsten. Nun den Risottoreis dazugeben und zwei Minuten mit dünsten. Das Ganze mit dem Weißwein ablöschen und vollständig einkochen lassen. Nun nach und nach mit Brühe begießen und ständig umrühren. Sobald der Risottoreis gar ist, den Spinat unterheben. Den Parmesan reiben und die Hälfte gemeinsam mit 50 Gramm der Butter zu dem Risotto geben. Im Anschluss die Doradenfilets abspülen, trocken tupfen und gegebenenfalls von Gräten entfernen. Nun die Haut mit einem scharfen Messer einritzen. Anschließend etwas Olivenöl in eine Pfanne geben und die Dorade auf der Hautseite knusprig anbraten. Den Rosmarin und den Thymian waschen, trocken tupfen und gemeinsam mit der restlichen Butter zu der Dorade geben. Danach den Fisch wenden, von der Flamme nehmen und ziehen lassen. Die gebratene Dorade mit dem Spinat-Risotto auf einem Teller anrichten und servieren.

Karsten Grossmann am 23. Januar 2013