

Dorade mit Fenchel-Gemüse und Blätterteig-Spirale

Für zwei Personen

Für die Dorade:

2 Doradenfilets, à 180 g 1 EL Ducca-Gewürzmischung Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für das Fenchelgemüse:

2 Knollen Fenchel, mit Grün 1 Limette 50 ml Pastis
Olivenöl, Fenchelsamen Anispulver, Salz weißer Pfeffer

Für die Blätterteigspirale:

1 Rolle Blätterteig 5 Zweige Thymian 1 Ei
Fenchelsamen Grobes Meersalz Olivenöl extra vergine

Den Backofen auf 190 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Blätterteig in Streifen schneiden und diesen zu Spiralen drehen. Das Ei trennen und die Blätterteigspiralen mit Eigelb bestreichen. Die Thymianzweige abzupfen und fein hacken. Zusammen mit dem groben Salz und den Fenchelsamen über den Blätterteig streuen und diesen für acht bis zwölf Minuten im Backofen goldbraun backen. Den Ofen anschließend auf 80 Grad abkühlen lassen. Für das Fenchelgemüse zunächst das Grün von den Fenchelknollen abtrennen und beiseite legen. Die Knollen waschen, die trockenen Rippenfäden abziehen und die Knolle längs in Scheiben und dann in Würfel schneiden. Die Würfel in Olivenöl zart andünsten und mit Fenchelsamen Salz, weißem Pfeffer und Anis würzen und mit etwas Pastis beträufeln. Die Limette auspressen und einige Tropfen darüber geben. Die Doradenfilets waschen, trocken tupfen und auf Gräten untersuchen. Mit wenig Olivenöl einreiben und bei mittlerer Hitze auf der Hautseite kross anbraten. Kurz wenden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hautseite zuletzt mit dem Ducca-Gewürz bestreuen. Die Filets im 80° warmen Ofen warmhalten. Die Dorade mit Fenchelgemüse und Blätterteigstange auf Tellern anrichten, einige Tropfen Olivenöl extra vergine und etwas Meersalz darüber geben und mit dem Fenchelgrün garnieren. - 7 -

Gabriele Lönne am 18. Dezember 2014