

Dorade mit Kürbis-Stampf, Babyspinat, Speck-Vinaigrette

Für zwei Personen

Für die Dorade:

2 Doradenfilets, mit Haut	Butter	Rapsöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für das Kürbisstampf:

1 Hokkaidokürbis	50 g Butter	50 g Parmesan
1 Muskatnuss	Salz	

Für die Speck-Vinaigrette:

50 g Bauchspeck	1 Zwiebel	1 Orange
1 EL Zucker	50 ml Apfelessig	100 ml Rapsöl
2 EL Orangensaft	Sojasauce	Salz
schwarzer Pfeffer		

Für den Babyspinat:

100 g junger Spinat	1 Zitrone	Butter
Salz		

Den Backofen auf 60 Grad Umluft vorheizen. Die Dorade filetieren, entgräten, salzen und pfeffern und auf der Hautseite in eine kalte Pfanne mit etwas Rapsöl legen. Die Filets bei mittlerer Hitze so lange braten, bis die Haut knusprig ist. Den Fisch wenden und ein Stück Butter hinzugeben. Nach 20 Sekunden herausnehmen und auf einem Gitter im Ofen bei 60 Grad garen. Den Parmesan reiben. Einen halben Hokkaidokürbis in zentimetergroße Würfel schneiden und in etwas Salzwasser weich dünsten. Anschließend mit einem Kartoffelstampfer grob zerdrücken, dabei den Parmesan und die Butter einarbeiten. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Die Zwiebel abziehen und mit dem Bauchspeck würfeln. Beides mit dem Zucker in einer Pfanne braten, bis der Speck Farbe angenommen hat. In eine Schale füllen und den Orangensaft hinzufügen. Mit einem Schneebesen glattrühren und den Apfelessig zufügen. Mit Salz, Sojasauce und einem Schuss Orangensaft kräftig abschmecken. Zum Schluss das Rapsöl unter Rühren einfließen lassen, sodass ein gebundenes Dressing entsteht. Die Zitrone auspressen. Den Spinat waschen, trocknen und kurz in einer heißen Pfanne in etwas Butter schwenken. Mit Salz und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Dorade mit dem Kürbisstampf, dem Babyspinat und der Speck-Vinaigrette auf Tellern anrichten und servieren.

Torsten Kluske am 12. Februar 2015