

Doraden-Filet, Süßkartoffeln, Mango-Estragon-Chutney

Für zwei Personen

Für die Dorade:

2 Wilddoradenfilets à 130 g Olivenöl Salz, Pfeffer

Für die Süßkartoffeln:

1 Süßkartoffel 2 Schalotten 1 Knoblauchzehe
1 rote Chili 1 Limette 1 Bund Thymian
1 Bund Rosmarin 1 TL Rohrzucker Pflanzenöl, Meersalz

Für das Chutney:

2 Mangos 4 Zweige Estragon 2 rote Chilis
1 rote Zwiebel 3 Limetten 1 Knolle Ingwer à 3 cm
100 ml Apfelessig 4 TL Rohrzucker

Für die Dorade:

Die Wilddoradenfilets waschen und trocken tupfen. Mit einem Messer die Hautseite dreimal längs einritzen. Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Wilddoradenfilets auf der Hautseite anbraten. Wenn sich die Oberseite weißlich verfärbt, den Fisch wenden, die Pfanne vom Herd nehmen und die Wilddoradenfilets zu Ende garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Süßkartoffeln:

Die Süßkartoffel schälen und in Scheiben schneiden. Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch und Schalotte abziehen und grob würfeln. Die Chili längs halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein schneiden. Die Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen.

Die Süßkartoffel-Scheiben in einer Pfanne mit Öl, Knoblauch, Schalotten, Chili und Kräutern anbraten und mit wenig Zucker, Limettensaft und Salz würzen.

Für das Chutney:

Die Zwiebel abziehen und fein schneiden. Den Ingwer schälen und fein reiben. Die Chili längs halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein schneiden. Eine Limette heiß waschen, trocknen und mit einem Zestenreißer einige Zesten abziehen. Die Limetten halbieren, auspressen und den Saft auffangen.

Den Rohrzucker in einer Pfanne hellbraun karamellisieren, Schalotten und Chili dazugeben und anrösten. Die Limettenzesten einrühren und mit Essig und Limettensaft ablöschen. Den Ingwer dazugeben und reduzieren lassen.

Die Mangos schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und in etwa 1 x 1 cm große Würfel schneiden. Den Estragon abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Die Mango mit in die Reduktion geben und kurz aufkochen. Estragon unterheben und das Chutney abkühlen lassen. Das Wilddoradenfilet mit Süßkartoffeln und Mango-Estragon-Chutney auf Tellern anrichten und servieren.

Raul Richter am 06. November 2017