

Dorade auf einem Lauchbett mit Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für den Kartoffelstampf:

400 g mehligk. Kartoffeln	1 Frühlingszwiebel	200 ml Milch
2 EL Crème-fraîche	2 EL Butter	Salz

Für die Dorade:

2 ganze Doraden à 450 g	1 Zitrone	1 Bund glatte Petersilie
4 Stängel Estragon	15 g Ingwer	2 EL Olivenöl

Für das Lauchbett:

2 Stangen Lauch	150 g Sahne	$\frac{1}{2}$ Zitrone
1 Muskatnuss	Butter, Salz	Chiliflocken

Für den Kartoffelstampf:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Kartoffeln schälen, würfeln, in den Topf geben und ca. 15 Minuten kochen. Währenddessen Frühlingszwiebel putzen, in Ringe schneiden und bei Seite stellen. Kartoffeln abgießen.

Milch in einem Topf erwärmen, anschließend Kartoffeln mit lauwarmer Milch und 2 EL Butter zerstampfen.

Frühlingszwiebel und Crème fraîche unterheben.

Für die Dorade:

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen.

Die Doraden waschen und trocken tupfen. Zitrone in Scheiben schneiden. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden.

Petersilie und Estragon abbrausen, trockenwedeln und abzupfen.

Dorade auf jeder Seite 2-3 mal schräg einschneiden und einen Teil der Zitronenscheiben einschieben.

Übrige Zitrone mit Petersilie, Estragon und Ingwer in die Bauchhöhle des Fisches geben. Backblech mit Olivenöl einstreichen.

Die Doraden ebenfalls mit Olivenöl beträufeln, auf das Backblech legen und für 15 Minuten auf die zweite Schiene von unten einschieben.

Für das Lauchbett:

Lauch abbrausen und in schmale Ringe schneiden. Eine halbe Zitrone auspressen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Lauchringe dazu geben und andünsten. Sahne dazu gießen und einkochen lassen. Mit Muskat, Salz, Pfeffer und Chili kräftig abschmecken. Etwas Zitronensaft dazugeben. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sabine Wüster am 10. September 2018