

Black-Tiger-Garnelen und Doraden-Filet mit Salat

Für zwei Personen

Für die Garnelen:

4 große Black Tiger Garnelen 75 ml sard. Vernaccia di Oristano 15 ml Fischsauce
30 ml Austernsauce Olivenöl

Für den Fisch:

2 Doradenfilets, à 150 g Kokosöl Salz, Pfeffer

Für das Dressing:

1 weiße Zwiebel 1 Frühlingszwiebel 1 Zitrone, Saft
1 EL Senf 1 TL Chilisaucе 1 TL Sojasauce
2 Zweige Petersilie 2 Zweige Koriander 1 Prise Zucker
1 EL Sesamöl 100 ml Rapsöl Salz, Pfeffer

Für den Salat:

1 Radicchio 1 Bund Rucola 1 kleiner Lollo Rosso
1 Kopf Romana 1 kl. Kopf Eichblatt

Für die Garnitur:

essbare Blüten

Für die Garnelen:

Die Garnelenschwänze vorsichtig schälen, damit die Garnele am Stück bleibt. Entdarmen und abwaschen. Öl in einer Pfanne erhitzen, die Garnelen hineingeben und mit etwas Fischsauce bespritzen. Wenn die Garnelen auf der Unterseite gerötet ist, vorsichtig wenden. Austernsauce hinzufügen und garen lassen bis eine leicht klebrige Reduktion entstanden ist. Mit Wein ablöschen.

Für den Fisch:

Dorade in Kokosöl glasig anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Dressing:

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Kräuter fein hacken und die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Zitrone halbieren und auspressen. Senf und 2 EL Zitronensaft miteinander verrühren, Raps und Sesamöl, Chili- und Sojasauce hinzufügen. Zwiebel und Frühlingszwiebel dazugeben, Kräuter unterheben und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Für den Salat:

Vom Radicchio eines der oberen Blätter vorsichtig abschälen, so das eine Schüssel entsteht. Vom weißen Strunk etwas abschneiden.

Rucola, Lollo Rosso, Romana und Eichblatt verlesen und mundgerecht schneiden. Salate in den Radicchio füllen. Mit Dressing beträufeln und marinieren.

Für die Garnitur:

Gericht mit Blüten garnieren.

Roberto Meaggia am 04. Juni 2024