

Doraden-Filet, Kartoffel-Salat mit Orangen-Salsa-Verde

Für 2 Personen

4 Doradenfilets á 150 g	200 g Kartoffeln, vorgekocht	5 Orangen
2 Schalotten	0,5 Bund Brunnenkresse	0,5 Bund Frisée
0,5 Bund Schnittlauch	0,5 Bund glatte Petersilie	1 Sardellenfilet
2 TL Kapern	1 TL Dijon-Senf	100 ml Olivenöl
1 TL Orangenvincotto	50 ml Geflügelbrühe	2 EL Apfelbalsamessig
Meersalz	schwarzer Pfeffer	

Die ausgekühlten Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Drei Orangen halbieren und den Saft auspressen. In Orangensaft in einer Pfanne reduzieren. Die Schalotten abziehen und fein würfeln. Die Schalottenwürfel in zwei Esslöffel Olivenöl glasig anschwitzen, den Dijon Senf, Apfelbalsamessig, den reduzierten Orangensaft und die Geflügelbrühe dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und über die Kartoffelscheiben geben. Mit Klarsichtfolie abdecken und mindestens 15 Minuten ziehen lassen. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Petersilie hacken. Das Sardellenfilet und die Kapern ebenfalls klein hacken. Die Schale von einer Orange reiben. Den Schnittlauch, die Petersilie, die Kapern und das Sardellenfilet vermengen. Den Orangenabrieb dazugeben. Die Salsa Verde beiseite stellen. Abrieb von einer Orange reiben. Die Doradenfilets waschen und trocken tupfen. Auf der Hautseite vorsichtig dreimal einritzen und auf der Fleischseite mit Orangenabrieb marinieren. Die Doradenfilets in einer Pfanne mit etwas heißem Olivenöl auf der Hautseite goldbraun braten und mit Meersalz von beiden Seiten würzen. Die Brunnenkresse und den Frisée putzen und waschen. Vorsichtig trocken schleudern. Die Salsa Verde zu dem Kartoffelsalat geben und mit dem Orangenvincotto abschmecken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Kartoffelsalat auf Tellern anrichten, die Doradenfilets darauf setzen und mit dem Salat garnieren.

Cornelia Poletto am 15. Oktober 2010