

Dorade und Fenchel-Salat mit Speck

Für zwei Personen

Für den Salat:

1 Fenchelknolle	100 g Speck am Stück	$\frac{1}{4}$ Bund Petersilie
2 EL Reisessig	10 ml Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für die Dorade:

1 Dorade, mit Haut	100 g Pfifferlinge	Mehl
Rapsöl	Salz	Pfeffer

Für den Salat:

Den Speck in Streifen schneiden und in einer Pfanne ohne Öl anbraten.

Fenchel waschen, Grün abzupfen und in eine Schale geben. Fenchel von der Wurzel befreien, fein hobeln und mit in die Schale geben. Reisessig und Salz dazugeben und Fenchelsalat mit der Hand kneten. Speck dazu geben, unterheben und etwas ziehen lassen. Petersilie hacken und zum Salat geben und bei Bedarf noch einem Schuss Olivenöl dazugeben.

Für die Dorade:

Dorade filetieren. Dafür am Kopf einschneiden und Filet an der Gräte runterschneiden. Bauchlappen vom Filet schneiden und entgräten. Leicht salzen und pfeffern und auf der Hautseite kreuzförmig einritzen. Hautseite in Mehl wälzen und überschüssiges Mehl abklopfen. Filet auf der Hautseite in einer heißen Pfanne mit Rapsöl anbraten. Und kurz vor Ende der Garzeit erst wenden, so dass die Haut kross wird.

Von den Pfifferlinge die Enden abschneiden und putzen. Mit in die Doraden-Pfanne geben, salzen und kurz mit anbraten.

Björn Freitag am 09. September 2023