

Gratinierte Doraden-Filets mit Kresse-Stampf-Kartoffeln

Für 4 Personen

700 g Kartoffeln, fest	2 Knollen Fenchel	100 ml Weißwein
1 Stange Zimt	8 Doradenfilets	90 ml Olivenöl
2 Zweige Thymian	6 Zehen Knoblauch	1 Zitrone, unbehandelt
4 Stiele Petersilie, glatt	20 g Kapern	40 g Panko
80 g Butter	2 Bete Gartenkresse	10 Fäden Safran
Muskatnuss	Zucker	Salz
Pfeffer		

Den Backofen auf 200 Grad Oberhitze erhitzen. Die Kartoffeln waschen, schälen und in einem Dämpftopf weich garen. Die Fenchelknollen putzen und in Spalten schneiden. Das Grün aufbewahren. 30 Milliliter Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Fenchel darin anbraten. Safran, eine Prise Zucker, Zimtstange und drei halbierte Zehen Knoblauch zugeben und mit Weißwein ablöschen. Den Fenchel salzen und pfeffern und bei milder Hitze köcheln lassen, bis der Fenchel gar ist. Abschließend mit dem Fenchelgrün bestreuen. Die Schale einer halben Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Die restlichen Knoblauchzehen schälen und halbieren. Die Doradenfilets in einer Pfanne mit 30 Millilitern heißem Olivenöl, Thymian und Knoblauch anbraten, herausnehmen, auf ein Backblech geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein hacken. Die Kapern ebenfalls klein hacken. Beides mit dem restlichen Olivenöl, etwas Zitronensaft und abgeriebener Schale mischen und auf der Hautseite der Filets verteilen. Mit den Pankobröseln bestreuen und im heißen Backofen zwei bis drei Minuten goldbraun gratinieren. Die Kresse abschneiden. Die Kartoffeln mit einer Gabel leicht zerdrücken, die Butter würfeln und zusammen mit der abgeschnittenen Kresse zugeben, mit Salz und Muskat würzen und so vermengen, dass die Kartoffeln stückig bleiben. Den Fenchel mit dem Sud und den Stampfkartoffeln auf Tellern anrichten. Die Filets darauf geben und mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen.

Johann Lafer am 08. Mai 2010