

## Dorade mit Rosmarin und Knoblauch

### Für 2 Personen:

2 Doraden	8 Zweige Rosmarin	1 kleine Chilischote
1/2 Zitrone	10 Oliven	1 Knoblauchzehe
1 Tasse Mehl	1 Msp. Salz	1 Msp. Pfeffer
1 Spur Olivenöl		

Zunächst auf jeder Seite der küchenfertigen Dorade zwei schräge Schnitte setzen.

Die Schnitte mit Rosmarin und Zitrone bzw. Rosmarin, Chili und Knoblauch füllen. Die Oliven ebenfalls in die Schnitte drücken.

Beide Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und dann die Dorade in Mehl wenden.

In einer Pfanne mit Öl von jeder Seite (je nach Größe) ca. 6-7 Minuten bei mittlerer Hitze braten.

Steffen Henssler am 11. Juli 2020