

Jörg Sackmann
Dorade Royal mit Bananen-Confit und Champignons**Dienstag, 21. Dezember 2021**
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: Mittel
Gourmet-Küche, Asia & Weltküche

Zutaten:

Für die Basmatireiscreme:

etwas Öl
70 g Basmatireis
150 ml Sahne
200 ml Geflügelfond (z. B. aus dem Glas)
10 ml heller Balsamico
10 g Zucker
20 ml kaltgepresstes Olivenöl, nativ
etwas Salz
etwas Cayennepfeffer
1 Spritzer Zitronensaft

Für das Bananen-Confit:

15 g Zucker
1 EL Cognac
2 EL Madeira
2 EL Portwein
½ Vanilleschote
100 ml Weißwein
100 ml Geflügelfond (z. B. aus dem Glas)
40 g Butter
1 Prise Salz
etwas Zitronensaft
1 Banane

Für Fisch und Pilze:

2 Zitronen
4 Doraden-Tranchen mit Haut (à ca. 150 g)
etwas Salz
90 g Butter
12 rosé Champignons (Steinchampignons)
etwas weißer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Für die Reiscrème Öl in einer Sauteuse erhitzen, den Reis darin glasig andünsten. Mit Sahne auffüllen und bei schwacher Hitze 10-15 Minuten ziehen lassen.
2. Inzwischen für das Bananen-Confit den Zucker in einer kleinen Pfanne goldgelb karamellisieren.
3. Karamell vorsichtig mit Cognac, Madeira und Portwein ablöschen und den Karamell lösen.
4. Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark austreichen.
5. Vanillemark unter den Karamellfond rühren und die Flüssigkeit nahezu einkochen.
6. Weißwein und Geflügelfond angießen und die nochmals um die Hälfte einkochen (reduzieren).

7. Die Butter in Stückchen nach und nach gründlich einrühren. Den Fond mit Salz und Zitronensaft abschmecken.
8. Banane schälen, in feine Würfel schneiden, in den Topf mit dem Vanille-Karamellfond geben und darin glacieren.
9. Den Geflügelfond, Balsamico und Zucker zum Reis geben. Alles kurz durchmischen, sodass die Flüssigkeit eine leichte Bindung bekommt. Auf der ausgeschalteten Kochstelle noch etwa 5 Minuten ziehen lassen.
10. Für den Fisch den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
11. Eine Zitrone halbieren und den Saft auspressen.
12. Die Fisch-Tranchen kalt abspülen, gründlich trocken tupfen und mit etwas Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft würzen.
13. 60 g Butter in einer ofenfesten Pfanne erhitzen.
14. Die Doraden-Tranchen darin von beiden Seiten goldbraun braten.
15. Tranchen dann im heißen Backofen 2-3 Minuten fertig garen.
16. Champignons putzen, nach Belieben die Haut von den Köpfen abziehen. Champignons in feine Streifen schneiden.
17. In einer Pfanne 30 g Butter sacht bräunen.
18. Die Pilze mit Salz und Pfeffer würzen, die braune Butter überträufeln, mischen.
19. Die Reiscreme durch ein feines Sieb passieren. Das Olivenöl einmischen und mit Salz und Zitronensaft abschmecken.
20. Basmati-Reiscreme auf vorgewärmten Tellern verteilen. Den fertig gegarten Fisch mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Reiscreme anrichten-
21. Bananen-Confit aufträufeln, Champignonstreifen darauf geben und alles servieren.

Pro Portion: 750 kcal/ 3140 kJ
31 g Kohlenhydrate, 32 g Eiweiß, 50 g Fett