

Antonina Müller Dorade mit Passionsfrucht-Hollandaise

Freitag, 4. August 2023
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: Mittel
Feine Küche, Gourmet-Küche

Zutaten:

Für die Dorade:

2	Doraden (à ca. 600 g; küchenfertig ausgenommen)
8 Zweige	Thymian
1	Bio-Zitrone
7	Knoblauchzehen
80 g	Butter
400 g	kleine Kartoffeln (z.B. Drillinge)
2 EL	Olivenöl
etwas	Salz
etwas	Pfeffer

Für die Hollandaise:

200 g	Butter
4	Passionsfrüchte
6	Eigelbe
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
etwas	Zucker



Zubereitung:

1. Die Doraden schuppen, gut putzen und abwaschen. Die Fische auf jeder Hautseite zweimal einschneiden.
2. Thymian abbrausen und trocken schütteln.
3. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und in Scheiben schneiden.
4. Knoblauch schälen.
5. Die Butter in Würfel schneiden.
6. Die Kartoffeln gut waschen, der Länge nach halbieren und in eine Schüssel geben. Von 2 Thymianzweigen die Blättchen abstreifen und zu den Kartoffeln geben. 3 Knoblauchzehen halbieren und mit dem Olivenöl ebenfalls zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles durchmischen.
7. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
8. Die Fische innen und außen salzen. Den Bauchraum mit Thymianzweigen, Zitronenscheiben, übrigen Knoblauchzehen und Butterwürfeln füllen.
9. Die Doraden auf ein Backblech geben. Die gewürzten Kartoffeln mit auf dem Blech verteilen. Alles im vorgeheizten Ofen ca. 20-30 Minuten garen (je nach Größe der Fische).
10. In der Zwischenzeit für die Hollandaise die Butter in einem Topf schmelzen. Dann den Topf vom Herd ziehen und die Butter etwas abkühlen lassen.
11. Die Passionsfrüchte halbieren, das Fruchtfleisch mit einem Löffel herausstreichen und durch ein Sieb streichen.
12. Passionsfruchtmark und Eigelbe in einen Schlagkessel geben und über dem heißen Wasserbad schaumig aufschlagen.
13. Flüssige Butter nach und nach gründlich unterschlagen, bis eine cremige Sauce Hollandaise entsteht. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken.
14. Die gegarten Fische filetieren. Fischfilets, Kartoffeln und Hollandaise anrichten.

Pro Portion: 1040 kcal/ 4370 kJ

12 g Kohlenhydrate, 68 g Eiweiß, 81 g Fett