

# Dorade auf marinierten Tomaten

---

 [happy-mahlzeit.com/2019/08/09/dorade-auf-marinierten-tomaten/](https://happy-mahlzeit.com/2019/08/09/dorade-auf-marinierten-tomaten/)

## Zutaten für 4 Personen:

- 500g Doradenfilets mit Haut
- 2 große Tomaten
- 1 Zwiebel
- 1 TL Puderzucker
- 1 Lorbeerblatt
- 375ml Gemüsebrühe
- 50ml Weißwein-Essig
- 1 TL Öl
- ca. 1 TL Zucker
- mildes Chili-Salz
- Salz
- mildes Olivenöl zum Beträufeln
- je 4 Dill-und Mini-Basilikumspitzen zum Garnieren

## Für die Gewürz-Mühle:

- 2 TL schwarze Pfefferkörner
- 1 TL Fenchelsamen

## Für das Gewürz-Säckchen:

- 3 Wacholderbeeren, angedrückt
- 3 Pimentkörner
- 1/2 TL schwarze Pfefferkörner
- 1/4 TL Korianderkörner
- 1/4 TL Senfkörner
- 1 kleine getrocknete, rote Chilischote

## Zubereitung:

Die Zwiebel schälen und in sehr dünne Ringe schneiden. Die Wacholderbeeren mit den Piment-, Pfeffer-, Koriander- und Senfkörnern sowie der Chilischote in ein Gewürz-Säckchen füllen.

Den Puderzucker in einem Topf bei milder Hitze hell karamellisieren und die Brühe dazugeben. Die Zwiebelringe mit dem Lorbeerblatt und dem Gewürzsäckchen hinzufügen, alles aufkochen und knapp unter dem Siedepunkt ca. 10 Minuten ziehen lassen. Den Essig zufügen, die Marinade mit Salz und Zucker abschmecken und heiß halten.

Die Fischfilets waschen und trocken tupfen. Eine große Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Doradenfilets auf der Hautseite 2 - 3 Minuten anbraten.

Die heiße Marinade in eine Auflaufform füllen und die Doradenfilets mit der Hautseite nach oben darin ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Die Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden, dabei die Stielansätze entfernen. Pfefferkörner und Fenchelsamen in eine Gewürz-Mühle füllen.

Zum Servieren je 2 - 3 Tomatenscheiben auf Tellern anrichten und mit Chili-Salz und der Mischung aus der Gewürz-Mühle würzen. Die Zwiebelringe mit etwas Marinade daneben verteilen und die Doradenfilets darauflegen. Die Antipasti mit etwas Olivenöl beträufeln und mit Dillspitzen und Mini-Basilikum garnieren.

Rezept: Alfons Schuhbeck

Quelle: herzhaft & süß vom 18.12.2016