Rezept

Dorade in der Salzkruste mit grünem Spargel

Ein Rezept von Dorade in der Salzkruste mit grünem Spargel, am 12.10.2024

Zutaten

1	frische, küchenfertige Dorade (ca. 700 g)
	Pfeffer
1 EL	Butter
2 kg	grobes Meersalz
500 g	grüner Spargel
	Zucker
50 g	Sahne
	Cayennepfeffer
	Salz
1 Stängel	Basilikum
2	Eier (Größe M)
400 g	kleine festkochende Kartoffeln
	Salz
1 EL	Butter
1/2	Bio-Orange
	Backpapier für das Blech

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 590 kcal

Zubereitung

1. Die Dorade innen und außen gründlich waschen und mit Küchenpapier abtrocknen. Innen mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Den Basilikumstängel waschen, trocken schütteln und mit 1 EL Butter in die Bauchhöhle stecken.

2. Den Backofen auf 220° (Umluft 200°) vorheizen. Die Eier trennen, die Eigelbe in eine Metallschüssel geben, die sich in einen passenden Topf einhängen lässt. Die Eiweiße in einer Schüssel mit 2-3 EL Wasser verschlagen, das Salz untermengen.

3. Ein Drittel der Salzmischung diagonal in Fischform, etwas größer als die Dorade, auf ein Blech mit Backpapier geben. Die Dorade darauflegen, das übrige Salz darüber verteilen und andrücken. Im heißen Backofen (Mitte) 30 Min. backen.

4. Inzwischen für die Beilagen die Kartoffeln waschen und in Wasser in etwa 20 Min. weich kochen. Den Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und die Enden abschneiden. In einem Topf, in dem die Stangen liegend Platz haben, 5 cm hoch Wasser mit je 1 TL Salz und Zucker und 1 EL Butter aufkochen. Den Spargel darin in 12-15 Min. bei schwacher Hitze gar ziehen lassen.

5. Für den pikanten Orangenschaum die Sahne schlagen. Die Orangenhälfte heiß abwaschen, abtrocknen und die Schale abreiben. 3 EL Saft auspressen (die Schnittfläche der übrigen Orangenhälfte mit Folie abdecken, hält im Kühlschrank etwa 2 Tage). Orangensaft und -schale mit den Eigelben verrühren. In dem Topf für das Wasserbad so viel Wasser erhitzen, dass die Metallschüssel die Oberfläche nicht berührt.

6. Die Dorade aus dem Ofen nehmen und mindestens 5 Min. ruhen lassen. Inzwischen die Eigelbmischung über dem heißen Wasserbad mit dem Schneebesen in 3-4 Min. schaumig aufschlagen, vorsichtig die Schlagsahne unterziehen und die fertige Sauce mit Salz, Cayennepfeffer und einer Prise Zucker würzig abschmecken.

7. Die Salzkruste an den Seiten mit einem schweren Messerschaft oder einem Hammer aufklopfen und, wenn möglich, samt Haut abheben, ohne dass Salzkrümel auf das zarte Fleisch fallen. Die Filets auslösen und auf zwei angewärmte Teller geben. Kartoffeln, Spargel und Sauce dazu servieren.