



Gebratene Dorade mit Tapenade

Für den Fisch:

2 Doradenfilets

Salz, Pfeffer

Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

Für die Tapenade:

100 g Ibero Geschwärzte Hojiblanca Oliven in Scheiben

1 Knoblauchzehe

3 Sardellenfilets

1 Esslöffel Ibero Bio Kapern Capotes

1 Esslöffel frische Petersilie, gehackt

0.5 Zitrone, der Saft davon

2 Esslöffel Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

Pfeffer

Gebratene Dorade mit Tapenade

1.

Die Oliven, Knoblauchzehe, Sardellenfilets, Kapern, Petersilie und Zitronensaft in einen Mixer oder eine Küchenmaschine geben. Langsam Olivenöl hinzufügen, während die Maschine läuft, bis eine grobe Paste entsteht. Mit Pfeffer abschmecken und beiseite stellen.

Die Doradenfilets mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und etwas Olivenöl hinzufügen. Die Doradenfilets mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen und etwa 3-4 min. braten, bis die Haut knusprig ist. Dann die Filets vorsichtig wenden und auf der anderen Seite für weitere 2-3 min. braten, bis der Fisch durchgegart ist.

Die gebratenen Doradenfilets auf Teller verteilen. Einen Esslöffel der Tapenade auf jedes Filet geben oder separat dazu servieren. Mit Zitronenspalten und eventuell einem Spritzer Olivenöl garnieren.

Die Dorade mit Tapenade heiß servieren und zusammen mit frischem Brot oder einer Beilage nach Wahl genießen.