

Gefüllte Dorade

ZUTATEN: 3 Fische,(Doraden)

$\frac{1}{2}$ Glas Oliven
2 Zitrone(n)
2 Zweig/e Rosmarin
2 Zweig/e Thymian
3 Knoblauchzehe(n)
etwas Olivenöl
Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG:

Die Doraden werden gewaschen und abgetrocknet.

Eine der Zitronen wird in Scheiben geschnitten, diese werden dann geviertelt.

Zusammen mit den Oliven und einer, nicht zu klein gehackten Knoblauchzehe pro Fisch, in die Bauchöffnung geben. Rosmarin- und Thymianzweige passend zurechtschneiden und ebenfalls einfüllen. Auf beiden Seiten mit Olivenöl einpinseln und mit Zitronensaft beträufeln.

Dann kommen die Doraden (am besten in einer Fischzange) auf den Grill und werden von jeder Seite ca. 4-6 Minuten gegrillt (je nachdem wie schwer die Dorade ist!).
Zwischendurch mit Zitronensaft beträufeln und kurz vor Ende mit Salz und Pfeffer würzen.

Tipp:

Doraden von ca. 350-400g können 4 1/2 Min. von jeder Seite gegrillt werden. So werden sie perfekt durch und butterzart. Mit Antipasti, Baguette und Tzaziki können diese Doraden serviert werden.

Arbeitszeit: ca.20 min.

Koch-/Backzeit:ca.6 min.

Schwierigkeitsgrad: normal

Empfohlen von Herrn Gillig