

Dorade Verduras Zubereitungszeit 65-75 Minuten

Zutaten für 4 Personen

4 küchenfertige Doraden a. ca. 400 g
800 g Kartoffeln
2 rote Paprikaschoten
4 kleine Zucchini
4 Schalotten
3 Knoblauchzehen
400 g Schafskäse
Saft von 1 Zitrone
Salz
4 Zweige Thymian, es kann Thymiengewürz verwendet werden
4 Zweige Rosmarin, es kann auch Rosmaringewürz verwenden werden
8 Eßl. Olivenöl

Zubereitung

Backofen auf 160 Grad vorheizen. Die Kartoffeln ungeschält ca. 10 Minuten im Dampftopf vorgaren. Paprikaschoten halbieren von Rippen und Kernen befreien und in grobe Stücke schneiden. Zucchini in Scheiben schneiden, und die Schalotten in dünne Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Den Schafskäse in kleinere Würfel schneiden. Fisch waschen, trockentupfen, mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz Thymian- und Rosmarin Gewürzen würzen, falls keine frischen Kräuter zur Verfügung stehen. Den Fisch auf das Blech legen. Die vorgegarten Kartoffeln schälen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Kartoffel, Gemüse und Kräuter mischen und mit Salz und Zitronensaft würzen. Die Gemüsemischung um den Fisch verteilen und den Schafskäse über das Gemüse streuen. Öl mit etwas Salz und Pfeffer verrühren. Fisch, Kartoffeln und Gemüse mit dem gewürzten Öl beträufeln und im Backofen garen. Die Garzeit bei ca. 160 Grad beträgt 30 bis 40 Minuten.

Zubehör

Hohes Backblech

