

Dorado

4	küchenfertige Doraden à ca. 300 g
	Meersalz
	Pfeffer aus der Mühle
4 EL	Olivenöl
4	Knoblauchzehen
150 g	entsteinte grüne Oliven
100 g	getrocknete Tomaten
¼ Bund	Rosmarin
1	Zitrone

ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 200 °C vorheizen.
2. Haut der Doraden mehrmals einschneiden.
3. Fische auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
4. Innen und aussen mit Salz, Pfeffer und Olivenöl würzen.
5. Knoblauch und Oliven in Scheiben, Tomaten in Streifen schneiden.
6. Mit Knoblauch und Oliven über den Fischen verteilen.
7. Rosmarinnadeln darüberzupfen.
8. Von der Zitrone mit einem Zestemesser feine Streifen abziehen und über die Fische geben.
9. Zitrone auspressen und wenig Saft über die Doraden träufeln.
10. 25 Min. Dampfgaren (Stufe 17) bei 85 Grad Einschubebene 2