

Dorade aus dem Ofen

Zutaten für 4 Personen

4	Doraden ganz
	Salz
2	Knoblauchzehen
1 Bund	Petersilie
4EL	Semmelbrösel
100 ml	Olivenöl
2	Zitronen

Zubereitung

Ofen auf 220 Grad (Umluft: 200 Grad) vorheizen. Fisch waschen, trocken tupfen und salzen. Die Hälfte des Knoblauchs mit 1 EL gehackter Petersilie mischen und in die Doraden füllen. Restliche Petersilie, Knoblauch, Paniermehl und Öl mischen.

Zitronen in Scheiben schneiden, 4 Scheiben halbieren. Den Fisch auf der Oberseite mit einem scharfen Messer viermal schräg zur Hauptgräte einschneiden, die halbierten Zitronen hineinstecken.

Die Hälfte der Bröselmischung in eine mit Backpapier ausgelegte Form geben. Den Rest sowie die übrigen Zitronenscheiben auf dem Fisch verteilen. Im Ofen etwa 30 Minuten backen, ab und zu mit Bratensaft beträufeln.

Dazu passen Kartoffeln, frisches Brot sowie frischer Salat