

# Dorade en papillote mit mediterranem Gemüse und Basilikum-Pesto

---

 [happy-mahlzeit.com/2021/08/04/dorade-en-papillote-mit-mediterranem-gemuese-und-basilikum-pesto](https://happy-mahlzeit.com/2021/08/04/dorade-en-papillote-mit-mediterranem-gemuese-und-basilikum-pesto)

## Zutaten für 2 Personen:

- 1 Dorade, küchenfertig
- 1 Zitrone
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Für das Gemüse:

- 2 Drillinge
- 1/2 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1/4 Zucchini
- 1/4 Aubergine
- 1/2 Paprika
- 1 reife Tomate
- 1 Zweig Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Für das Pesto:

- ¼ Knoblauchzehe
- 10 g Parmesan
- 30 ml Olivenöl
- 10 g Pinienkerne
- 30 g Basilikumblätter
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Den Backofen auf 160°C Umluft vorheizen.

Für das Pesto die Basilikumblätter abbrausen und trockentupfen. Die Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne goldbraun anrösten, dann in einem flachen Behälter auskühlen lassen. Knoblauch abziehen.

Parmesan klein hacken. Parmesan, Pinienkerne, Knoblauch, Olivenöl, Salz und Pfeffer pürieren. Basilikum hinzugeben und nochmals pürieren, bis ein geschmeidiges Pesto entsteht.

Für die Drillinge gesalzenes Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Drillinge unter fließendem Wasser abbürsten, im kochenden Wasser bissfest garen, abschütten, auskühlen lassen und der Länge nach vierteln.

Für das mediterrane Gemüse Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Den Knoblauch abziehen und andrücken. Die Zwiebel abziehen und in Spalten schneiden. Zucchini, Aubergine, Paprika und Tomate abbrausen, trockenreiben und in ca. 1,5 x 1,5 cm große Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Auberginen-, Paprika- und Zucchiniwürfel und Zwiebelspalten getrennt voneinander anbraten. Zum Schluss Tomaten in der Pfanne schmelzen lassen. Das Gemüse wieder zu den Tomaten geben. Mit Knoblauch, Rosmarin und Thymian kurz schmoren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Fisch entgräten und von der Haut filetieren. Unter kaltem Wasser abbrausen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Die Zitrone abbrausen, trockenreiben, Schale mit einem Zestenreißer abziehen, klein schneiden und über den Fisch geben. Pergamentpapier auf 20 x 30 cm zurechtschneiden. Mediterranes Gemüse und Drillinge darauf drapieren. Fischfilets auf das Gemüse legen, abschließend Pesto oben auf geben. Das Pergamentpapier zu einem Bonbon aufrollen und mit Bindegarn befestigen. Bei 160°C ca. 8 Minuten im Ofen garen.

Dorade en papillote mit mediterranem Gemüse und Basilikum-Pesto auf Tellern anrichten und servieren.

Rezept: Nelson Müller

Quelle: Die Küchenschlacht vom 29. Juli 2016

Episode: Finale / Hauptgang