

# Dorade mit Peperonata

---

 [happy-mahlzeit.com/2020/03/24/dorade-mit-peperonata/](https://happy-mahlzeit.com/2020/03/24/dorade-mit-peperonata/)

## Zutaten für 2 Personen:

- 1 Dorade
- 1 Bio-Zitrone
- 2 rote Paprika
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zweig Thymian
- Butter
- Olivenöl
- Chili
- Salz
- Pfeffer

## Außerdem:

Alufolie

## Zubereitung:

Den Schwanz der Dorade abtrennen. Den Fisch innen und außen kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Zitrone in Scheiben schneiden und nebeneinander als Bett für die Dorade auf einem großen Stück Alufolie anordnen. 1 Knoblauchzehe abziehen und in feine Scheiben schneiden. Diese mit dem Thymianzweig und 2-3 Flocken Butter auf das Zitronenbett geben. Darauf die Dorade legen. Zitronenscheiben, Knoblauch, Thymian und Butterflocken auch von oben auf den Fisch geben. Die Folie fest verschließen.

Eine Pfanne erhitzen, den Fisch in der Alufolie darin kurz Hitze annehmen lassen, dann für 15 Minuten bei 160°C in den Ofen geben.

Die Paprika schälen, halbieren, Trennwände und Kerne entfernen. Die Schote in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen.

Zwiebel und Knoblauchzehe abziehen, fein schneiden und bei kleiner Hitze mit der Paprika braten. Das Gemüse mit etwas Chili abschmecken. Zum Schluß mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Dorade mit dem Paprika-Gemüse auf Tellern anrichten.

Rezept: Steffen Henssler