



Gegrillte Dorade

Eine gegrillte Dorade ist – vorausgesetzt sie wird richtig zubereitet – eine echte Delikatesse. Sie hat festes, weißes Fleisch, wenig Gräten und sie eignet sich daher ideal für die Zubereitung auf dem Grill.

4,75 von 4 Bewertungen

Vorbereitungszeit:
10 Minuten

Zubereitungszeit:
25 Minuten

Arbeitszeit:
35 Minuten

Portionen: 1 Portion

Zutaten

- 1 frische Dorade
- 1 Zitrone
- 1/2 TL Rosmarin
- 1/2 TL Thymian
- 1/2 TL Meersalz
- 1 Prise Pfeffer
- 2 EL Olivenöl

Anleitungen

1. Aus Olivenöl, Salz, Pfeffer, dem Saft einer halben Zitrone und den Kräutern wird eine Marinade angerührt. Die andere Hälfte der Zitrone wird in Scheiben geschnitten. Nachdem die Dorade gründlich gewaschen wurde, werden die Hautseiten etwas eingeschnitten, so dass der Fisch die Marinade besser aufnehmen kann. Die Dorade wird innen und außen mit der Marinade eingepinselt und die Zitronenscheiben werden mit ein paar Kräutern in den Bauch der Dorade gegeben.
2. In der Zwischenzeit wird der Grill auf direkte und indirekte Hitze vorbereitet. Wir haben die Dorade auf einem Weber Kugelgrill gegrillt, welcher auf eine Zwei-Zonen-Glut vorbereitet wird. Dafür wird ein guter halber Anzündkamin voll Holzkohlebriketts durchglühen gelassen. Wenn die Briketts durchgeglüht sind, werden sie auf eine Seite des Kugelgrills gekippt, so dass eine Hälfte mit direkter und eine Hälfte mit indirekter Hitze entsteht. Gerade bei der Zubereitung von Fisch auf dem Grill sollte man darauf

achten, dass die Hitze nicht zu hoch ist, da er außen schnell verbrennt und dann innen noch nicht durch ist.

3. Die Dorade wird dann von beiden Seiten bei mittlerer Hitze (ca. 160°C) etwa 4 Minuten gegrillt und dann in den indirekten Bereich gelegt. Bei geschlossenem Deckel wie die Dorade noch weitere 20 Minuten indirekt gegart. Mit Hilfe eines Einstichthermometers (z.B. Inkbird IHT-1P) sollte die Kerntemperatur gelegentlich gemessen werden. Die gegrillte Dorade ist fertig, wenn sie eine Kerntemperatur von 56°C Celsius erreicht hat. 2-3 Grad mehr schaden auch nicht, jedoch sollte man nicht über 60 Grad hinaus gehen, da die Dorade dann trocken wird und eine gummiartige Konsistenz bekommen kann. Hat man kein Thermometer zur Hand, kann man auch den "Rückenflossen-Test" machen. Sobald sich die Rückenflosse leicht abziehen lässt, ist der richtige Garpunkt erreicht.

Hast Du dieses Rezept ausprobiert?

Lass uns wissen wie es war!