

# Mediterrane Dorade vom Grill



## Zutaten für 4 Personen

### Für die Doraden

4 Stk. küchenfertige Doraden  
(Goldbrassen) ca. je 250-300 g

4 Thymianzweige

4 Petersilienzweige

8 Esslöffel Olivenöl

Etwas Fischgewürz

### Für das Gemüse (Gesamtmenge ca. 600 g)

4 Schalotten

5 Paprikaschoten (grün, gelb, rot)

3 Knoblauchzehen

16 schwarze Oliven entsteint

Olivenöl

Gemüsegewürz

Etwas Alufolie

**Jeden Dienstag & Samstag um 11 Uhr**

Radio **Holiday**

**GRILLMIX**  
WÜRZIG . LECKER . LOCKER

mit freundlicher  
Unterstützung von:

**GRILLSTORE**  
BARBECUE & GRILL

### **Zubereitung:**

Die Doraden unter fließend kaltem Wasser reinigen, mit Küchenkrepppapier trockentupfen, die Haut dünn einschneiden, die Bauchhöhlen kräftig mit dem Fischgewürz würzen.

Jeweils einen Stängel Thymian und Petersilie hineinlegen und die Bauchhöhle mit einem kleinen Holzspieß schließen. Die Fische in eine Schale legen und mit dem Öl übergießen.

Gemüse vorbereiten, dazu die Schalotten schälen und klein schneiden. Die Paprikaschoten halbieren, Kerne entfernen und die Schoten in grobe Streifen schneiden. Knoblauch schälen.

Oliven, Paprika, Knoblauch und Schalotten in eine Schüssel geben und mit Olivenöl und Gemüsegewürz vermischen. Drei große Alufolienbögen ausbreiten, darauf das Gemüse gleichmäßig verteilen und zu Päckchen verschließen.

Die Fische jeweils in eine Grillfischzange legen und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten etwa 10 Minuten grillen. Die Gemüsepackchen ebenfalls auf den Grill legen. Das Gemüse benötigt etwa die gleiche Grillzeit.



**Jeden Dienstag & Samstag um 11 Uhr**

**Radio Holiday**

**GRILLMIX**  
WÜRZIG . LECKER . LOCKER

mit freundlicher  
Unterstützung von:

**GRILLSTORE**  
BARBECUE & GRILL