

Backfisch im Brik-Teig mit Kräuter-Dip

Zutaten für den Backfisch (für 4 Personen):

- 4 (à 120-150 g) Doradenfilets
- 2 Handvoll Spinatblätter
- 4 Blätter Brik-Teig
- alternativ: Frühlingsrollenteig
- Eiweiß
- 2 EL Senf
- 1 Bio-Limette
- 1 Bio-Orange
- 1 Prise Salz
- Butterschmalz
- Olivenöl
- 1 Zweig Rosmarin

Tip: Statt einzelner Doradenfilets kann man auch ganze Doraden verwenden (für 4 Portionen 1 große Dorade à 1000 g).

Spinatblätter säubern, gut trocknen und dickere Stiele entfernen. Fischfilets gegebenenfalls auslösen, Häute und restliche Gräten entfernen. Die Filets abwaschen und trocknen.

Zitrusfrüchte abwaschen, Schale abreiben und Saft auspressen. Saft für den Dip beiseite stellen.

Brik-Teigblätter auslegen und mittig einige Spinatblätter darauflegen. Doraden-Filets beidseitig leicht salzen und auf den Spinat setzen. Mit etwas Senf bestreichen und mit Chilipulver sowie Orangen- und Limettenabrieb bestreuen. Mit Spinatblättern abdecken.

Ränder der Teigblätter mit Eiweiß einstreichen und Päckchen herstellen. Dafür zunächst die Seiten einklappen, dann den Brik-Teig einschlagen und zu Päckchen formen. Gegebenenfalls die Naht nochmals mit Eiweiß bestreichen.

Butterschmalz und Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Päckchen mit der Naht nach unten in die Pfanne legen und bei mittlerer Temperatur etwa 5 Minuten braten. Dabei mehrmals wenden und einen Rosmarinzwig mit in die Pfanne geben.

Die Teighülle sollte nach dem Braten leicht gebräunt und knusprig sein. Die Päckchen auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Zutaten für den Dip:

- 2 Becher Crème fraîche
- 2 EL Meerrettich
- Olivenöl
- Limettensaft
- Salz
- Zucker
- einige Kirschtomaten

Crème fraîche mit Meerrettich, ausgepressten Orangensaft und etwas Olivenöl verrühren. Mit Limettensaft, Salz und Zucker abschmecken. Dazu gebratene Kirschtomaten oder nach Geschmack andere Beilagen servieren.

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 09.09.2022

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen