



DORADE-IT-YOURSELF

ZUTATEN

Stk küchenfertige Doraden

g Fladenbrote

Zw Rosmarinzweige zum Garnieren

Zw Thymian

Stk Knoblauchzehe, halbiert

Stk Zitrone

Kl Kapernäpfel

Stk Cherrytomaten

Stk grüne Oliven ohne Stein

L Olivenöl

Prise TL Salz

Flasche Olivenöl

g THOMY Honig Senf Sauce

ANWEISUNG

Schritt 1 Assaisonner les dorades de sel et de poivre. Faire revenir dans la poêle des deux côtés avec du romarin, du thym et une gousse d'ail pendant env. 7 minutes

Schritt 2 Mettre et faire cuire la focaccia dans le four préchauffé pendant quelques minutes

Schritt 3 Hacher finement les câpres, les tomates, les olives et l'autre gousse d'ail. Mélanger avec de l'huile d'olive, du jus de citron et les filets de citron, et verser sur la dorade cuite

Schritt 4 Servir les dorades accompagnées de la focaccia et de la sauce moutarde au miel THOMY.