

# Dorado (Zeebrasem)



## Hoofdgerecht

vis

**4 personen**

**Land:** Spanje

**Bereidingstijd:** 40 minuten

**Seizoen:** april t/m augustus



## Ingrediënten

- 4 ongeschubde dorades met kop en staart, en de ingewanden er nog in.
- 2 kilo grof zeezout
- 300 g eiwit
- 1 el tijm
- 1 el rozemarijn
- 1 limoen, rasp en sap
- 2 limoenen, in plakken gesneden

## Bereidingswijze

1. Snijd de buik van de dorade open en haal de ingewanden eruit. Knip de rugvin, staartvin en de andere vinnen eraf met de kieuwen of laat de visboer dat doen. Spoel de vis aan de binnenkant uit onder stromend water en maak hem droog.

2. Doe het eiwit in een beker (metalen of glazen kom) en sla het stijf. Schep het eiwit door het zout. Doe tijm, rozemarijn, limoenrasp en limoensap door het mengsel. Vul de dorades met plakken limoen.
3. Leg op 4 ovenschalen een bodem van het zoutmengsel. Verwarm de oven voor op 200°C. Leg de dorades op het zoutmengsel. Schep vervolgens de rest van het zoutmengsel over de dorades. De dorades zitten helemaal in het zout verpakt.
4. Plaats de 4 dorades in de oven en laat ze 20 tot 30 minuten garen.
5. Haal de dorades uit de oven en laat ze even rusten. Haal voorzichtig de zoutkorst aan de bovenkant eraf en serveer de vis.

## Tenslotte

Als je een lekkere vis zoekt voor weinig geld, dan heb je een goede aan de zeebrasem. Brasems zwemmen in kleine groepjes langs de kust. Het zijn vissen die aan de zijanten een beetje zijn afgeplat. Brasems kunnen ruim een halve meter groot kunnen worden, maar ze komen wat kleiner in de handel. In Europese wateren komen volgens de Spectrumgids Vis-, Schaal en Schelpdieren 23 verschillende soorten brasem voor. De beste om te eten zijn de gewone zeebrasem, de goudbrasem en de rode zeebrasem, beter bekend als dorade rosé. De enige die bij ons in de buurt wordt gevangen is de gewone zeebrasem (dorade grise, vanwege zijn grijzige huid). Deze is goedkoop, maar ligt niet altijd op de markt. De dorade rosé is wat duurder, maar meestal wel te krijgen. Hij wordt meestal geïmporteerd uit West-Afrika. De goudbrasem (Dorade Royal) is vooral in Frankrijk zo gewild dat hij daar gekweekt wordt. De dorades worden in Nederland vooral gekocht door Spanjaarden, Marokkanen en andere bewoners van het Middellandse-Zeegebied, maar ik kan ze iedereen aanbevelen. De dorade rosé is heel goed als hele vis te bereiden. Het is een prachtige vis met een typische jodiumsmaak, echt zee-achtig. De dorade laat zich uitstekend grillen, ingesmeerd met groene olijfolie, grove peper en grof zout. Hij kan zo op de barbecue. Uit een Spaans kookboek komt bovenstaand intrigerend recept voor dorade in een zoutkorst. De vis vullen met een teentje knoflook en een takje tijm. Een laag grof zeezout uitstrooien in een overschaal, vis erop en afdekken met weer een laag zeezout. Veertig minuten in de oven en serveren met citroensap. Tot slot een Portugees recept **Dorade met korianderdressing** (Dourada asada). Neem 1 kleine dorade per persoon. Steek de barbecue ruim van tevoren aan. Spoel de dorades af onder koud stromend water en dep ze droog met keukenpapier. Kerf de buik van de vissen met een scherp mes aan beide zijden 3 keer schuin in. Wrijf de vissen in met peper, flink wat zeezout en 3 el olijfolie. Doe in elke buikholte 3 plakjes citroen. Klem ze stevig vast in een speciaal visrooster voor de barbecue. Rooster de dorades in ca 10 min. gaar boven de hete kooltjes. Keer ze halverwege. Wrijf intussen 1 bosje koriander (blaadjes geplukt) samen met 2 teentjes knoflook en 1 tI zeezout fijn in een vijzel of gebruik de staafmixer. Doe de kruidenpasta in een pan, voeg 2 el rode wijnazijn en 5 el olijfolie toe en breng aan de kook. Haal de pan onmiddellijk van het vuur en breng het mengsel op smaak met peper. Serveer de gegrilde dorades met de warme dressing en serveer met gegrilde paprikasalade en in de schil gekookte aardappels. Je kunt dit recept ook in de oven maken (20-25 min. op 180 graden)