

# DORADE MET RODE MISO

4 personen | 35 minuten + 30 minuten wachttijd



## Ingrediënten

- 2 hele dorades, schoon-gemaakt, geschubd
- 2 teentjes knoflook
- stukje gemberwortel (à 1 cm)
- 2 el zonnebloemolie
- 400 g spinazie
- 2 el *Obento sojasaus*
- 1 tl geroosterde sesamzaadjes (zie tip)
- 4 blaadjes shisoblad (kruid)
- blaadjes van 1 takje koriander
- 2 bosuien

## Misomarinade

- 4 el **Hikari Miso biologische Rode Miso**
- 4 el *Obento rijstwijnazijn*
- 2 el *Obento mirin*
- 2 el sake
- 1 el sesamolie
- 1 teentje knoflook

## Bereiding

- 1** Verwarm de oven voor op 200 °C.
- 2** Maak aan beide kanten van de dorades om de 2 centimeter met een groot, scherp mes schuine inkepingen, zodat de misomarinade goed in de vis kan trekken - dat maakt hem extra lekker.
- 3** Meng de **Hikari Miso biologische Rode Miso**, rijstwijnazijn, mirin, sake en sesamolie. Pel de knoflook, pers deze boven de marinade en meng goed.
- 4** Doe de hele vissen in een plastic zak, schenk de marinade erbij en sluit de zak. Masseer heel voorzichtig de vloeistof in de vissen en laat de dorades 30 minuten marineren.
- 5** Haal de vissen uit de zak en schenk de marinade in een kommetje. Leg de vissen in een ovenschaal of op een bakplaat en bak ze 12 minuten aan één kant. Bestrijk de dorades nogmaals met de marinade, keer ze om en bak ze nog 12 minuten aan de andere kant.
- 6** Pel de knoflook, schil de gember en hak beide fijn. Verhit de olie in een wokpan en voeg de knoflook en gember toe. Bak ze tot de geuren vrijkomen, voeg dan de spinazie toe en laat hem al omscheppend in 2-3 minuten slinken. Voeg de sojasaus toe, schep om en bestrooi met de sesamzaadjes.
- 7** Hak het shisoblad en de korianderblaadjes in grove stukjes en snijd de bosuien in ringetjes. Garneer de dorades met de shiso, koriander en bosui en serveer met de spinazie.



**HIKARI MISO  
BIOLOGISCHE RODE MISO**