



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

FISCH IM PERGAMENTPAPIER MIT ZITRONENGRAS UND LIMETTE



HAUPTZUTAT
Fisch

ZUBEREITUNGSZEIT
Unter 30 Minuten

PORTIONEN
2-4

ZUTATEN

Für die Butter:

- 100 g weiche Butter
- 2 TL Knoblauch, gehackt
- 2 TL Ingwer, gehackt
- 2 TL Zitronengras, gehackt
- 2 TL grüne Chilischoten, gehackt

Für den Fisch:

- 2 kleine ganze Pangasius- oder Tilapia-Fische, ausgenommen und geputzt (oder eine andere kleine und nachhaltige Fischart)
- 1 Knoblauchknolle, halbiert
- 2 Limetten, in Scheiben geschnitten
- 2 Stängel Zitronengras, weichgeklopft
- Olivenöl

ZUBEREITUNG

1. Zunächst die Butter zubereiten. Dazu alle Zutaten in einer Küchenmaschine zu einer Paste vermischen. Abschmecken und beiseitestellen.
2. Den Backofen auf 220 °C vorheizen und eine 26 cm große quadratische Bratreine mit Antihaftbeschichtung von Le Creuset darin anwärmen.
3. Ein großes Blatt Backpapier in der Mitte falten; zusammengefaltet sollte es groß genug für beide Fische sein. Den Fisch würzen und die Fischhaut einschneiden. Dann Knoblauch, Limetten und Zitronengras auf eine Hälfte des aufgefalteten Backpapiers legen. Die Fische von innen und außen mit der Butter einreiben und jede Bauchhöhle mit ein paar Limettenscheiben füllen. Den Fisch auf die Zutaten auf dem Backpapier legen. Noch einmal gut würzen und mit etwas Olivenöl beträufeln.
4. Das Backpapier über dem Fisch zusammenfallen und die Ränder schließen. Die Fischtasche in die heiße Bratreine geben und 15 Minuten im Ofen garen. Dann aus dem Backofen nehmen und die Tasche öffnen. Für weitere 5–10 Minuten unbedeckt in den Backofen stellen. Dazu passen knusprige Bratkartoffeln oder ein frischer Salat mit Wildkräutern.

Copyright Bild/Rezept © 2024 Le Creuset; www.lecreuset.com