



## Skrei, Quinoa, Kapern-Zitronen-Butter

4 Portionen

600 g Skrei (Filet mit Haut)

1 Zitrone

2 EL Kapern in Salz

80 g Butter

150 g Quinoa

1 Bund Petersilie

1 grüne Zucchini

1 gelbe Zucchini

100 g Kirschtomaten

ca. 10 EL Olivenöl

40 g Buttereschmalz

Salz

Pfeffer

- Skrei portionieren und salzen
- Von der Zitrone die Schale abreiben
- Zucchini in Scheiben oder Stücke schneiden
- Kirschtomaten halbieren
- Petersilie fein hacken
- Kapern wässern, abspülen und trocknen, in ca. 4 EL Olivenöl frittieren und auf Küchentrepp aufbewahren
- Backofen auf 140° Ober-/Unterhitze vorheizen

Quinoa nach Anweisung in Salzwasser garen (dauert 12-15 Min.). Zucchini in ca. 4 EL Olivenöl dünsten. Salzen und pfeffern, kurz vor dem Servieren die Tomaten zugeben. Den Skrei im Butterschmalz auf der Hautseite scharf anbraten, dann wenden, pfeffern und ca. 8-10 Min. in den Backofen geben. Die Butter in einem Topf aufschäumen lassen bis sie ganz leicht nussig ist. Vom Herd nehmen, die Zitronenschale und nach Geschmack etwas Zitronensaft zugeben. Fertigen Quinoa mit 2 EL Olivenöl und gehackter Petersilie vermischen.

Zum Servieren Quinoa in die Tellermitte, Zucchini außen herum, Skrei auf den Quinoa, Zitronenbutter darüber und mit Kapern bestreuen.