



Rotbarschfilet in Pergament

4 Portionen

4 Scheiben Rotbarschfilet à 200g
4 große Riesengarnelen [entsprechend viele kleinere]
32 Kirschtomaten
4 Lauchzwiebeln
8-12 rosa Champignons
Salz
Pfeffer
20 g Butter
bestes Olivenöl

Rotbarschfilets halbieren
Riesengarnelen pulen entdarmen und in jeweils 3-4 Stücke schneiden
Kirschtomaten halbieren oder vierteln
Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden
Champignons in dünne Scheiben schneiden

Pro Fischfilet 2 x 40 cm Butterbrotpapier abschneiden und um ca. 5 cm versetzt übereinander legen. Die Filets salzen und pfeffern (Pfeffer grob gemahlen) und mit den dünnen Enden überlappend auf das Pergament legen. Tomaten darum herum verteilen, Lauchzwiebeln und Champignonscheiben und Riesengarnelen darüber verteilen. Butterflöckchen darauf geben und alles mit Olivenöl beträufeln. Pergament von den Seiten über den Fisch schlagen, die Enden wie bei einem Bonbon zusammendrehen, mit Küchengarn zubinden und nach oben umbiegen, damit keine Flüssigkeit herauslaufen kann. bei 180° in Ofen ca. 18-20 Min. garen.

Dazu im Ofen gebackene Kartoffeln oder Rosmarinkartoffeln.

Getränk: ein fruchtiger, trockener Weißwein, z. B. „Fumaiio“ oder aber auch ein Chianti.

Als Vorspeise halbe Portionen machen und Ciabatta, Baguette oder Focaccia dazu reichen.