FISCH-FEINKOST-RÄUCHEREI

IHR FACHGESCHÄFT

KLAASSEN

Zanderfilet mit Basilikum-Käsesauce

Für 4 Portionen

Zutaten:

- 600g Zanderfilet (ersatzweise Forellenfilet)
- 400g reife Tomaten
- je 50g rote, gelbe und grüne Paprikaschoten
- 1 gr. Knoblauchzehe
- 150g schwäbischer Raclettekäse
- 1 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- ¼ Liter helle Gemüsegrundsauce (Fertigprodukt)
- 1 Bd. Basilikum

Zubereitung:

1) Zanderfilets abspülen und trockentupfen.
2) Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Paprikaschoten waschen und in feine Streifen schneiden. Knoblauchzehe schälen und feinhacken. Raclettekäse in feine Streifen schneiden.
3) Eine Auflauf- oder Gratinform mit Olivenöl beträufeln.
4) Zanderfilets mit Tomatenscheiben und Paprikastreifen in die Form schichten. Knoblauch darüber streuen, salzen und pfeffern. Im Ofen bei 180 Grad etwa 30 Minuten garen.
5) Inzwischen Gemüsesauce nach Packungsvorschrift zubereiten. Basilikum waschen, Blätter von den Stielen zupfen. Sauce mit Basilikumblättern im Mixer pürieren; nochmals erhitzen, Käsestreifen einstreuen und sofort mit dem Zander servieren.

EW: 35g, Fett: 9g, KH: 7g, kcal/J: 257/1071

Guten Appetit wünscht Ihr Fisch Klaassen Team