Rezept

Fischfilets mit Limetten-Kräuter-Kruste

Ein Rezept von Fischfilets mit Limetten-Kräuter-Kruste, am 29.04.2024

Zutaten

75 g	Butter
4 Scheiben	Seelachsfilet (à ca. 180 g)
	Pfeffer
	je 1 Bund Petersilie und Koriandergrün
3 EL	gehackte Mandeln
	1/3 TL edelsüßes Paprikapulver
1	Bio-Limette
	Salz
3 Scheiben	Toastbrot
1	kleine Knoblauchzehe
	1/3 TL gemahlener Kreuzkümmel

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 375 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Eine ofenfeste Form mit wenig Butter ausstreichen. Die Limette heiß abwaschen, abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Die Fischfilets kalt abspülen, trocken tupfen, jedes mit ca. 1 TL Limettensaft einreiben, salzen und pfeffern.

2. Das Toastbrot grob zerschneiden. Die Kräuter waschen, gut trocken schütteln und grob hacken. Den Knoblauch schälen und grob hacken. Alles mit dem Blitzhacker oder dem Pürierstab fein zerkleinern. Limettenschale, Mandeln und übrige Butter in Flöckchen dazugeben. Gut mischen, bis eine leicht bröselige Masse entstanden ist, mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Paprikapulver würzen.

3. Die Fischfilets in eine ofenfeste Form legen. Die Bröselmasse gleichmäßig darauf verteilen und leicht andrücken. Filets im Ofen (Mitte, Umluft 180°) 15 Min. garen, bis die Kruste schön gebräunt ist.