

## Rezept

# Asma Yaprağında Levrek - Fisch im Weinblatt

Ein Rezept von Asma Yaprağında Levrek - Fisch im Weinblatt, am 23.04.2024

## Zutaten

- |  |   |
|--|---|
| <b>1 Pck.</b> eingelegte Weinblätter (ca. 300 g; vakuumverpackt) | <b>8</b> dünne, möglichst gleich große Fischfilets (à ca. 150 g; z. B. Wolfsbarsch mit Haut oder Rotbarsch ohne Haut) |
| Salz   | Pfeffer   |
| <b>½ Bund</b> Petersilie   | <b>1</b> Bio-Zitrone  |
| <b>1</b> weiße Zwiebel   | <b>6</b> Tomaten  |
| <b>15</b> grüne Oliven (entsteint)                               | <b>25 g</b> kalte Butter  |
| Olivenöl zum Beträufeln  |   |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 560 kcal, 28 g F, 64 g EW, 11 g KH

## Zubereitung

1. Die Weinblätter 10-15 Min. wässern, dann vorsichtig von-einander lösen und trocken tupfen. Inzwischen die Fischfilets trocken tupfen, salzen und pfeffern. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, Blättchen abzupfen und klein hacken. Die Zitrone heiß waschen, trocken tupfen und halbieren. Eine Hälfte in dünne Scheiben schneiden, die zweite Hälfte auspressen. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Die Tomaten waschen, zwei davon quer in dünne Scheiben schneiden. Die Oliven klein hacken. Den Backofen auf 180° vorheizen und ein Backblech mit Öl bepinseln.
2. Je nach Größe 8-12 Weinblätter überlappend rechteckig so auslegen, dass der Fisch gut damit umhüllt werden kann. Ein Fischfilet mit der Hautseite nach unten mittig darauflegen. Butter in Flöckchen schneiden, etwas davon auf dem Fisch verteilen. Je ein Viertel Petersilie und Oliven daraufgeben, je 2 Tomaten- und 2 Zwiebelringe darauflegen. Mit etwas Zitronensaft beträufeln und ein paar Flöckchen Butter darübergerben. Ein zweites Fischfilet mit der Hautseite nach oben darauflegen. Die Weinblätter über die beiden Fischfilets schlagen, sodass sie ganz eingepackt sind. Mit der Naht nach unten auf das Blech legen. Die übrigen Fischfilets auf die gleiche Weise zubereiten.
3. Zitronenscheiben auf den Fischpäckchen verteilen. Restliche Tomaten vierteln und mit den übrigen Zwiebelringen zwischen den Fischen verteilen, alles salzen, pfeffern und großzügig mit Olivenöl beträufeln. Im heißen Ofen (Mitte) 20-25 Min. garen.