Rezept

Heringe aus dem Ofen

Ein Rezept von Heringe aus dem Ofen, am 02.07.2025

Zutaten

200 g	Kartoffeln
5	Gewürzgurken + 3 EL Sud (aus dem Glas)
100 g	Frischkäse (5 % Fett)
2 Zweige	Thymian
	Pfeffer
30 g	Parmesan
	Fett für die Form
1	Zwiebel
100 ml	Gemüsebrühe
1/2 Bund	Dill
	Jodsalz
2	große Heringsfilets
2 EL	Semmelbrösel

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN (1 AUFLAUFFORM 1,5 l INHALT) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln waschen, schälen und in sehr dünne Scheiben hobeln. Die Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Die Gurken in Scheiben schneiden. Gurkensud, Brühe und Frischkäse verquirlen. Die Kartoffelscheiben, Zwiebelringe und Gurkenscheiben unterheben.

2. Den Dill und Thymian waschen, trockenschütteln und fein hacken. Unter die Kartoffelmischung rühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Den Backofen vorheizen. Die Form fetten. Die Hälfte der Kartoffelmischung in der Form verteilen. Den Fisch kalt abspülen, trockentupfen und salzen. Auf die Kartoffeln legen und mit der restlichen Kartoffelmischung bedecken. Den Parmesan reiben. Mit den Semmelbröseln mischen und über die Kartoffeln streuen. Den Auflauf im Backofen bei 180° (Mitte, Umluft 160°) ca. 40 Min. backen.