

Rezept

Kräuterfische mit Zitronenbutter

Ein Rezept von Kräuterfische mit Zitronenbutter, am 15.10.2024

Zutaten

- | | |
|---|--|
| 8 küchenfertige Fische (z. B. Forellen, Saiblinge, Brassen oder Rotbarben – je etwa 300 g) | 2 Bio-Zitronen |
| Salz | 1 Bund gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Basilikum, Borretsch, Thymian und Lorbeerblätter) |
| 4 EL Olivenöl | Pfeffer |
| je 2 TL scharfer und süßer Senf | 150 g weiche Butter |

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 8 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 500 kcal

Zubereitung

1. Die Fische innen und außen waschen und gut trocken tupfen. 1 Zitrone heiß waschen und in feine Scheiben schneiden. Kräuter waschen, trocken schütteln und in 8 Sträußchen teilen. Die Fische innen salzen und pfeffern und jeweils ein paar Zitronenscheiben und noch 1 Kräutersträußchen einlegen.
2. Die Fische auch außen mit Salz und Pfeffer würzen und nebeneinander auf ein Backblech legen. Das Öl darüberträufeln. Backofen auf 220 Grad vorheizen (auch schon jetzt einschalten: Umluft 200 Grad).
3. Für die Zitronenbutter die restliche Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben. Die Butter mit der Zitronenschale und den beiden Senfsorten gut vermengen, mit Salz würzen. Bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen und fest werden lassen.
4. Die Kräuterfische im Ofen (Mitte) etwa 20 Minuten backen. Kurz stehen lassen, dann auf vorgewärmte Teller legen. Auf jeden Fisch etwas Zitronenbutter geben, die restliche Butter extra dazu reichen. Außerdem gibt's Kartoffeln oder Brot und eventuell etwas Blattsalat dazu.