

Rezept

Saibling mit Ofentomaten

Ein Rezept von Saibling mit Ofentomaten, am 20.04.2024

Zutaten

500 g Cocktailtomaten	1 Bund gemischte Kräuter (z. B. Rosmarin, Thymian, Oregano und Petersilie)
1/2 getrocknete Chilischote	4 EL Olivenöl
je 1 TL flüssiger Honig und Zucker	Salz
300 g geräuchertes Saiblingfilet ofenfeste Form (ca. 25 x 25 cm)	2 TL Zitronensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 250° (Umluft 230°) vorheizen. Die Tomaten waschen, halbieren und mit den Schnittflächen nach oben nebeneinander in die Form legen.
2. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blättchen fein hacken. Die Chilischote fein zerkrümeln. Die Kräuter mit 3 EL Olivenöl, Honig und Zucker verrühren. Die Mischung salzen. Die Tomaten leicht salzen und die Kräutermischung darauf verstreichen. Die Tomaten im Ofen (Mitte) ca. 10 Min. backen, bis sie leicht gebräunt sind.
3. Inzwischen das Saiblingfilet in Stücke zupfen. Das übrige Öl mit dem Zitronensaft verrühren und mit den Saiblingstücken mischen. Den Saibling auf die Tomaten geben und 2-3 Min. backen, bis der Fisch warm ist.
4. Tomaten und Fisch locker vermengen, mit Salz abschmecken und mit frisch gekochten Nudeln mischen. Die Sauce passt sehr gut zu Farfalle.