

Forellenfilet im Backpapier mit Gemüse

Jetzt
online:
Wumba Fisch
Newsletter
abonnieren



Forellenfilet



40 Minuten



Hauptspeise für 4 Personen



Zutaten

2	Zucchini, in Scheiben
1	rote Peperoni, in feinen Streifen
1	gelbe Peperoni, in feinen Streifen
200 g	Cherrytomaten, in Vierteln
1	Zwiebel, in feinen Streifen
8	Knoblauchzehen, in Streifen
½ Bund	Rosmarin, gezupft
2 EL	Olivenöl
	Salz & Pfeffer
4	Forellenfilets
	Salz & Pfeffer
1	Zitrone, in Scheiben
wenig	Peterli, gezupft



Zubereitung

Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Gemüse
mit Knoblauch
Kräutern und Öl

mischen, würzen

Gemüsemischung
Forellenfilet

auf 4 Backpapierbögen verteilen
würzen und darauflegen

Je 2 Zitronenscheiben drauflegen

Gemüse & Fisch

einpacken und 25 Minuten im vorgeheizten Backofen backen

Auspacken und geniessen
Dazu passen Petersilienkartoffeln



An Guata!
Eura Wumba

