

ROTBARSCH IM PFÄNNCHEN GEBACKEN

Kategorie: **ABENDESSEN** **FISCH** **MITTAGESSEN**



Zutaten für 1 Portion:

- 150 g Rotbarschfilet
- 50 g Cocktailtomate
- 40 g Zwiebel
- 1 Esslöffel Zitronensaft
- 0.5 Zehe Knoblauch
- 2 Esslöffel Kresse
- 0.5 Esslöffel Olivenöl
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer

ZUBEREITUNG:

Das Fischfilet waschen, in zwei Portionen teilen und mit dem Zitronensaft beträufeln.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden.

Den Fisch salzen und pfeffern. Den Fisch in eine Form mit den Cocktailtomaten, Zwiebel- und Knoblauchscheiben geben. Die Zutaten Salzen und Pfeffern und mit Olivenöl beträufeln.

Den Rotbarsch im vorgeheizten Backofen bei 180 C° etwa 20-25 Minuten garen.

Mit Kresse bestreuen und servieren.