

Wolfsbarsch im Pergament, Kartoffel-Würfel

Für zwei Personen

2 Wolfsbarsche	150 g festk. Kartoffeln	1 grüne Zucchini, klein
1 gelbe Zucchini, klein	8 Kirschtomaten	1 Knoblauchzehe
1 unbehandelte Zitrone	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
Olivener Öl	schwarzer Pfeffer	Salz

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Die gelbe und die grüne Zucchini putzen und in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Zucchini etwa 10 Minuten darin anbraten, bis sie fast ganz gar sind. Anschließend das Ganze salzen und pfeffern und beiseite stellen. Den Wolfsbarsch putzen, waschen und trocken tupfen. Zwei ausreichend große Blätter Pergamentpapier vorbereiten und jeweils einen Wolfsbarsch darauf legen. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Wolfsbarsche salzen und pfeffern und den Knoblauch sowie die Zucchiniwürfel darauf verteilen. Die Kirschtomaten, den Rosmarin und den Thymian ebenfalls auf dem Gemüse verteilen. Das Ganze mit etwas Zitronensaft und Olivenöl beträufeln. Anschließend das Papier über dem Fisch zusammenfalten und an beiden Enden zusammen schnüren. Die Fischpäckchen auf ein Backblech im Ofen legen und ca. 15 Minuten backen. Die Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelwürfel darin knusprig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Wolfsbarsch im Pergament mit den Kartoffelwürfeln auf Tellern anrichten und servieren.

Heinz-Dieter Niemeyer am 07. Februar 2011