

Rotbarsch-Filet mit Möhren und Senf-Creme

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------|----------------------|---------------|
| 500 g Möhren | 20 g Butter | Salz, Pfeffer |
| 100 ml Gemüsebrühe | ½ Bund Petersilie | 125 g Schmand |
| 1 EL Senf | 350 g Rotbarschfilet | |

Die Backröhre auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine flache Auflaufform ausbuttern.
Die Möhren schälen und in schräge Scheiben schneiden und ca. 4-5 Minuten in Butter andünsten.
Mit Salz und Pfeffer würzen.
Die Gemüsebrühe angießen, und in ca. 5 Minuten zugedeckt fertig garen.
Die Petersilie, bis auf etwas zum Garnieren, fein schneiden, mit Schmand und Senf zu einer Senfcreme vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Fisch salzen und pfeffern.
Die Hälfte der Möhren in die Auflaufform geben und die Hälfte der Senfcreme darauf verteilen.
Die Fischfilets darauf legen und übrige Möhren und restliche Senfcreme darauf verteilen. Im Ofen auf der zweiten Schiene von unten ca. 15 Minuten backen. Mit Petersilie garniert servieren.
Dazu passen Nudeln.

NN am 25. Mai 2021