

Schlemmerfilet, Kräuter-Parmesan-Kruste, Ratatouille

Für 4 Portionen

Für das Ratatouille-Gratin:

350 g kl., Zucchini	350 g schmale Aubergine	400 g Tomaten
400 g Kartoffeln, vorw. festk.	2 rote Zwiebeln, geschält	300 g Mozzarella
200 g Ajvar	300 ml passierte Tomaten	6 EL Kräuteröl
2 EL flüssiger Honig	4 Zwg. Rosmarin	4 Zwg. Thymian
Meersalzflocken	Pfeffer	

Für das Schlemmerfilet:

50 g Pankobrösel	125 g weiche Butter	60 g Parmesan
3 EL Rauchmandeln, gehackt	4 EL Rosmarin, gehackt	4 EL Petersilie
1 Zitrone, Abrieb	1 EL Kräuter der Provence	4 Fischfilets á 200 g

Den Backofen auf 200°C Ober-und Unterhitze vorheizen.

Butter in einer Küchenmaschine schaumig schlagen. Panko-Brösel und alle weiteren Zutaten darunter rühren. Die Masse zwischen 2 Backpapierblätter ausrollen und kühl stellen. Das Gemüse und den Mozzarella in 5-8 mm dünne Scheiben hobeln bzw. schneiden.

Ajvar, passierte Tomaten und 2 EL Öl verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eine Auflaufform mit etwas Öl einstreichen und Ajvar-Tomatensauce hineingießen. Gemüse und Mozzarella abwechselnd, dachziegelartig auf die Sauce schichten. Mit Salz und Pfeffer würzen, restliches Öl und Honig darauf träufeln. Zum Schluss Thymian und Rosmarin Zweige darauf verteilen und mit Alufolie abdecken. Für 35 Minuten im vorgeheizten Ofen garen.

Kräuter-Parmesan Kruste aus dem Kühlschrank nehmen und in Größe der Fischfilets zugeschnitten. Den Fisch mit Salz würzen und die Kräuter-Parmesan Kruste darauflegen. Ratatouille-Gratin aus dem Ofen nehmen, Alufolie entfernen und die Fischfilets darauf setzen. Für weitere 15-20 Minuten im Ofen garen, bis der Fisch glasig und die Kruste goldgelb gebräunt ist.

Lisa Angermann am 21. November 2025