



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 13

Fisch aus dem Ofen mit Orangensalz



15 Minuten



30 Minuten



45 Minuten

Zutaten für 2 Personen

500 g Lachsforellenfilet auf der Haut

1 Zwiebel, fein gewürfelt

2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt

2 EL Butter

3 Karotten, in dünne Scheiben geschnitten

1 guter Schuss Weißwein

120 ml Sahne

 120 ml Gemüsebrühe

1 Bund Dill, gehackt

 1 TL Orangensalz

 weißer Pfeffer

3 Scheiben Orangen

Rezept

Den Fisch waschen, trocken tupfen und mit der Hälfte vom Orangensalz würzen. In einem kleinen Topf die Butter aufschäumen und die Zwiebelwürfel mit dem Knoblauch glasig dünsten. Die Karottenscheiben hinzufügen und nochmals 3-4 Minuten braten. Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Buttersauce mit dem Weißwein ablöschen und Sahne und Brühe einrühren. Bei geringer Hitze köcheln bis die Sauce etwas eindickt. Den Dill unterziehen und mit Orangensalz und Pfeffer würzen. Die Sauce in eine ofenfeste Form füllen und den Fisch hineinlegen. Die Orangenscheiben auf dem Fisch verteilen und die Form für 30 Minuten in den Ofen schieben.

Guten Appetit!