

Überbackenes Barschfilet	
Rezept für	4 Personen
Zeitaufwand	ca. 40 Minuten
Zutaten	Und so wird's gemacht
400 g Barschfilets 150 g Tomaten 2 rote Zwiebeln Saft einer halben Zitrone 50 g geriebener Käse 3 EL Butter 1 EL Paniermehl weißer Pfeffer aus der Mühle Salz 1/2 Bund gehackter Schnittlauch	<p>Die ausgenommenen Barsche kalt spülen und filetieren. Filets nochmals spülen.</p> <p>Eine feuerfeste Form ausbuttern.</p> <p>Die gepellten Zwiebeln in hauchdünne, die Tomaten in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden.</p> <p>Die Filets mit dem Zitronensaft säuern, nach 5 Minuten trocken tupfen, dann leicht salzen und pfeffern.</p> <p>Zwiebel und Tomatenscheiben in die Form legen, mit Schnittlauch, Salz und Pfeffer bestreuen. 5 EL Wasser zugeben. Die Filets auf das Gemüse geben und einige Butterflocken darüber verteilen.</p> <p>Im vorgeheizten Backofen bei 200°C 15 Minuten garen.</p> <p>Käse und Paniermehl überstreuen und noch einmal Butterflocken auflegen.</p> <p>Weitere 5-6 Minuten hellbraun ausbacken.</p> <p>Mit Schnittlauch bestreut und nach Belieben garniert servieren.</p> <p>Als Beilage Toast oder Baguette reichen.</p>