

Tilapia

Zutaten für 4 Portionen:

8	Fischfilet(s) (Tilapiafilet)
1	Mozzarella
100 g	Tomate(n), getrocknete, in Öl
1 Zehe/n	Knoblauch
2 TL	Frischkäse, (mit oder ohne Kräuter)
3 EL	Steinpilze, getrocknete (eingeweicht)
1	Zitrone(n), unbehandelt
3	Oliven, schwarze, ohne Kern
1 m.große	Zwiebel(n)
8 Scheibe/n	Schinken, rohen oder luftgetrockneter Speck
250 ml	Wein, weiß, trocken

Backofen auf ca. 200C vorheizen. (Damit der Schinken etwas kross wird oben !!!)

Alle Zutaten außer Fisch, Zwiebel und Zitrone pürieren bis Ihr eine schöne Farce habt, diese mit Salz, Pfeffer abschmecken.

4 Fischfilet würzen und mit der Farce dick bestreichen. Das zweite Filet darauf legen und mit dem Schinken umwickeln, dass alles zusammenhält. In eine Auflaufform legen.

Die Schale der Zitrone mit einem Zestenreißer abziehen und fein hacken. Die Zitrone auspressen. Die Zwiebel grob hacken und in Olivenöl anschwitzen die Hälfte der Zitronenschale dazu und gleich mit Zitronensaft und Weißwein ablöschen und leicht abschmecken. Aber nicht zu viel, da der Schinken noch reichlich Würze abgibt.

Das ganze über den Fisch gießen die restliche Zitronenschale darauf verteilen und für ca. 20 Min in den Backofen damit.

Ganz gut auch für viele Leute, da gut vorzubereiten.

Wir haben dazu einen Salat und frisches Ciabatta gemampft !

Arbeitszeit: ca. 30 Min.

Schwierigkeitsgrad: normal

Kalorien p. P.: keine Angabe