

Überbackene Weißfischfilets

oder Karpfenfilets

Zutaten:

800 g eingeschnittenes Weißfischfilet - grätengeschnitten –
1 Zitrone
Salz
40 g Butter
1 Zwiebel
Petersilie
1 EL mittelscharfer Senf
2 EL Ketchup
1 Dose Champignons
100 g geriebener Käse
2 EL Sahne

Zubereitung:

Die Filets säubern und salzen. Eine Bratform mit Butter ausstreichen. Die Filets einlegen und mit Senf und Ketchup bestreichen. Angedünstete Zwiebelwürfel, Petersilie und die geschnittenen Champignons darauf verteilen. Mit dem Käse bestreuen und Butterflöckchen darauf setzen.

Im Backofen bei 180°C 30 Minuten garen. Kurz vor Ende der Garzeit die Sahne über die Filets geben.

Dazu passt Reis und grüner Salat.