



# REZEPT

## für zu Hause

### Lachsforellenfilet mit Aromaten



4 à 140 g	Lachsforellenfilet	4 EL	Butter
120 g	Fenchel in Streifen	80 g	Möhren in Streifen
1 Zehe	Knoblauch in kleine Würfel	1 Bund	Dill
80 g	Spitzpaprika in Streifen	4 cl	Noilly Prat
8 Stk.	Strauchtomaten	1 Bund	Estragon
100 g	Zwiebellauch	0,4 l	Fischfond
	Alufolie extra stark		

#### Schritt 1:

Eine extra starke Folie doppelt 30x30 cm auslegen und die Mitte der Folie mit Butter bestreichen. Pro Person eine Folie herstellen.

#### Schritt 2:

$\frac{3}{4}$  des Gemüses und des Knoblauchs auf die gebutterte Folie legen und darauf das Fischfilet legen. Das restliche Gemüse, die Tomaten und die Kräuter auf den Fischfilets verteilen.

#### Schritt 3:

Den Fischfond und Noilly Prat angießen und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Die Folie nach oben zusammen legen und fest verschließen.

#### Schritt 4:

Die 4 gefüllten Folien auf ein Gitter legen und bei 200 Grad 18-20 Minuten im Ofen garen. Dazu servieren Sie Baguettebrot.

Alle Zutaten finden Sie natürlich in Ihrem CITTI Markt.

*Guten Appetit!*

**CITTI**

Markt der  
Lebensfreude