

Filetto di pesce al cartoccio



© Foto: Juliette Chretien Rezept: Pepe Regazzi

**Zubereitungsdauer ca. 45 min.
Für 4 Personen**

ZUTATEN:

2 ganze Seeforellen
oder 4 Seeforellenfilets
1 Schalotte, gewürfelt
250g Pilze nach Belieben, z.B. Champignons,
Eierschwämme, Shiitake, geputzt und halbiert
oder geviertelt
15 Cherrytomaten, geviertelt
1 Peperoni, in Streifen geschnitten
1 Bund glatte Petersilie, gehackt
1 Zweig Rosmarin, Nadeln abgezupft
3 Zweige Thymian, Blättchen gehackt
1 Prise Currypulver
10 Oliven, entsteint, geviertelt oder in Ringe
geschnitten
1dl Weisswein
10g Butter
1 Eiweiss verquirlt
Natives Olivenöl
Salz und Pfeffer aus der Mühle
4 Blätter Backpapiere

ZUBEREITUNG:

Den Backofen auf 180°C vorheizen.

In einer grossen Pfanne die Schalotte in etwas Olivenöl andünsten. Dann Pilze, Cherrytomaten und Peperoni hinzufügen und bei starker Hitze weiter dünsten. Mit dem Weisswein ablöschen und mit etwas Petersilie (der Rest wird für die Päckchen benötigt), dem Rosmarin sowie Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen. Die Oliven hinzufügen und alles bei mässiger Hitze etwa 5 Minuten köcheln lassen.

Dann in eine Schüssel umfüllen und beiseitestellen. Die Thymianblättchen mit dem Currypulver sowie Salz und Pfeffer nach Geschmack vermischen und auf die Forellenfilets streuen.

Die Backpapierblätter längs falten, um die Mitte zu markieren, und ausgebreitet auf die Arbeitsfläche legen. In der Mitte einer der beiden Papierhälften jeweils mit wenig Butter bestreichen, damit beim Backen nichts daran haften bleibt. Mit etwas gehackter Petersilie bestreuen, einen Viertel der Tomaten-Pilz-Sauce daraufgeben und abschliessend eines der Forellenfilets mit der Hautseite nach oben draufsetzen. Die Ränder des Backpapiers etwa 1 cm breit mit Eiweiss bestreichen das Papier über der Füllung zur Hälfte zusammenfalten und die Ränder mit den Fingern sorgfältig zusammenpressen. Die drei offenen Kanten erneut leicht mit Eiweiss bestreichen, nach innen falten und zusammenpressen, und dies noch einmal wiederholen, sodass die Päckchen wirklich hermetisch verschlossen sind. So bleibt der Dampf darin erhalten und der Fisch kann das Aroma der Tomaten, Pilze und Oliven gut aufnehmen.

Die Päckchen 20-25 Minuten im vorgeheizten Ofen fertig garen. Sie sollten sich nach ein paar Minuten aufblähen. Die fertigen Päckchen mit einer Schere aufschneiden, den gesamten Inhalt - Fisch, Gemüse und Garfond - auf Tellern anrichten und mit Salzkartoffeln servieren.

MELDE DICH ZUM NEWSLETTER AN UND WIR SCHENKEN DIR 15% AUF DEINEN ERSTEN EINKAUF !