



Spargel-Kabeljau-Päckchen

mit Dill-Petersiel-Gremolata

für 4 Personen

2 Bd. grünen Spargel

waschen, Enden abschneiden und im unteren Drittel schälen. Die Stangen längs halbieren (nur sofern sie dick sind) und dann schräg dritteln. In eine Schüssel geben.

6 Stiele Dill

die Fähnchen abzupfen und fein hacken.

5 EL Butter

schmelzen, mit

Salz

und

¼ TL Chiliflocken

sowie dem gehackten Dill und

1 Prise Zucker

mischen und über die Spargelstücke verteilen.

1 Bio-Zitrone

in 8 Scheiben schneiden.

800 g Kabeljaufilet

in 4 Stücke schneiden, mit

Salz + Pfeffer

würzen.

Den Backofen mit einem Blech (auf der 2. Schiene von unten) auf 200 Grad vorheizen (Umluft 180).

4 Bögen Backpapier (40x30) auf eine Arbeitsfläche legen, jeweils in deren Mitte den Spargel verteilen, die Fischstücke daraufsetzen und mit je zwei Zitronenscheiben belegen. Das Backpapier über der Füllung zusammenfalten, die Enden, wie Bonbons fest zusammendrehen (über dem Fischfilet soll das Papier locker sein) und mit

Küchengarn

zubinden. Die Päckchen auf das heiße Backblech setzen und im Backofen 12 min garen. Die Päckchen erst am Tisch öffnen. Dann mit

GREMOLATA

bestreuen und servieren (kann während des Garens der Fischpäckchen hergestellt werden).

6 Stiele Petersilie

und

4 Stiele Dill

hier die Blättchen/Fähnchen mit

1 Knoblauchzehe

sehr fein hacken, mit frisch geriebener Schale von

1 Bio-Zitrone

und

Salz + Pfeffer

würzen und alles gut mischen.

