Nah&Frisch

Nah&Frisch Professional

Goldbrasse

Hauptspeise Fischgerichte



Zubereitung

Goldbrassen innen und außen gut waschen, dann trocken tupfen. Schalotten in grobe Scheiben schneiden. Goldbrassen auf jeder Seite 2-3 Mal schräg einschneiden, innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen und die Bauchhöhlen mit je 2 Zitronenscheiben, 1 Stiel Petersilie, 1 Stiel Thymian und den Schalotten füllen.

Für die Marinade vom restlichen Thymian die Blättchen abstreifen und fein hacken. Thymian mit Zitronensaft und 6 El Olivenöl verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Goldbrassen auf ein gefettetes Blech legen. Im heißen Backrohr bei 225 Grad auf der mittleren Schiene 20 Min. braten, dabei immer wieder mit der Marinade bestreichen.

Zutaten

- 4 Goldbrassen (à 400 g, küchenfertig)
- 100 dag Schalotten
- 8 Bio-Zitronenscheiben
- 4 Stiele Petersilie
- 8 Stiele Thymian
- 3 EL Zitronensaft
- 9 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer