

# Pangasius-Filet in Alufolie mit Rosmarin-Kartoffeln

## Für 2 Personen

2 Pangasiusfilets	300g Kartoffeln	3 Strauchtomaten
1 Zweig Dill	1 Zweig Thymian	1 Zweig glatte Petersilie
1 Zweig Rosmarin	1 Zitrone	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Das Pangasiusfilet waschen und trocken tupfen. Die Petersilie, den Dill, den Rosmarin und den Thymian zupfen und klein schneiden. Das Pangasiusfilet auf eine Alufolie legen und mit den Kräutern bestreuen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tomaten und die Zitrone in dünne Scheiben schneiden. Anschließend die Tomaten- und Zitronenscheiben auf das Pangasiusfilet legen. Die Alufolie fest verschließen und den Fisch für zehn Minuten in den Backofen geben. Die Kartoffeln in dünne Scheiben schneiden und auf einem Backblech ausbreiten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rosmarin vom Zweig zupfen, über die Kartoffeln geben und das Olivenöl darüber träufeln. Das Backblech ebenfalls in den Backofen geben und garen. Das Pangasiusfilet in der Alufolie auf einem Teller anrichten. Die Rosmarinkartoffeln dazugeben und servieren.

Florian Wilhelm am 12. Mai 2010