

# Fisch-Gemüse-Pfanne

## Für 1 Portion:

150 g Fischfilet	2 Stk. Frühlingszwiebeln	50 g Zuckererbsen
1 Stk. Zucchini (mittelgroß)	100 g Champignons	1 TL Olivenöl
Salz, Pfeffer	150 g stückige Tomaten	Basilikum
0,5 Bund Schnittlauch		

Fischfilet abspülen, in grobe Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, abspülen und in Ringe schneiden.

Zuckererbsen, Zucchini und Champignons putzen, klein schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, vorbereitetes Gemüse darin ca. 4 Minuten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten mit Basilikum zugeben und alles ca. 3 Minuten köcheln lassen. Fischstücke einlegen und zugedeckt ca. 5 Minuten bei schwacher Hitze gar ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden, darüberstreuen.

NN am 08. Mai 2023