

RED SNAPPER MIT TOMATEN-OLIVEN-SALSA



Für 4 Personen

🕒 **Zubereitungszeit:** ca. 45 Minuten + ca. 20 Minuten garen
 🍴 **Aufwand:** braucht etwas Zeit

Zutaten:

1 rote Chili
 ½ Zwiebel
 2 Knoblauchzehen
 15 grüne Oliven entsteint
 1 EL Kapern
 3 EL Olivenöl
 100 g Tomaten gehackt, aus der Dose, abgetropft
 Salz
 4 Red-Snapper-Filets mit Haut, à ca. 180 g
 2 EL Limettensaft

Chili entkernen. Mit Zwiebel, Knoblauch, Oliven und Kapern hacken. Im Öl andünsten. Tomaten begeben und 15 Minuten kochen. Salsa pürieren, salzen. Fisch salzen, mit Limettensaft einreiben und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit Salsa bestreichen. Bei 180 °C in der Ofenmitte 15–20 Minuten garen.

ORIGINAL Der abgebildete Huachinango (Mexico) wurde auch noch mit einer grünen Sauce angerichtet. Diese wird gleich zubereitet wie die rote, doch mit Tomatillos statt Tomaten. Tomatillos sind in Europa kaum erhältlich; ihr leicht säuerlicher Geschmack ergänzt wunderbar die rote Tomaten-Oliven-Salsa. Zudem wird ein ganzer Fisch verwendet. Er wird ausgenommen, entgrätet und in der Mitte getrennt.

TIPP Anstatt im Backofen über dem Grill in einem Grillguthalter garen. So entsteht die Zeichnung.

Veröffentlicht in Ausgabe 09/2008 auf Seite 39

Nährwerte Pro Person ca.

Kalorien: 1050 kj / 250 Kcal
Fett: 10 g

Eiweiss: 33 g
Kohlenhydrate: 5 g