

Seelachs mit pikantem Käse

Zutaten:

für 4 Personen

1kg Seelachsfilet
1 Zitrone
1 Zwiebel
1 große rote Paprikaschote
1 große grüne Paprikaschote
30g durchwachsenen Speck,
geräuchert
2 Esslöffel Öl
30g mittelalter Gouda
Salz
Pfeffer
Curry
Butter für die Form

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an fischrezepte@dstumpf.de. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

Fisch trockentupfen, mit Zitronensaft beträufeln und salzen. Eine feuerfeste Form austreichen. Zwiebeln halbieren, in Ringe schneiden, Paprika putzen, in Streifen schneiden. Speck würfeln und in der Pfanne auslassen. Gemüse dazugeben, 10 Minuten dünsten, salzen, pfeffern und mit Curry würzen. Vom Käse vier Scheiben abschneiden, restlichen Gouda würfeln. Ein Fischfilet in die Form legen, Gemüse und Käsewürfel darauf verteilen, das zweite Stück Fisch darüberlegen.

Backzeit: 20 Minuten bei 200 Grad, Käsescheiben auflegen und weitere 10 Minuten braten.