

# Seezungenfilets in Erdnusscreme

## Zutaten:

für 4 Personen

100g Erdnüsse  
1 eingelegte Ingwerpflaume  
Saft einer 1/2 Zitrone  
Cayennepfeffer  
300g Crème fraîche  
8 Seezungenfilets 100g  
Salz  
1 Esslöffel gezupfte Petersilie

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

## Zubereitung:

Die Erdnüsse und die Ingwerpflaume grob hacken, mit dem Zitronensaft, dem Cayennepfeffer und der Crème fraîche verrühren. Den Fisch kalt abspülen und trockentupfen. Schuppenförmig in eine Gratinform legen, mit Salz würzen und mit der Nusscreme übergießen. Den Fisch im vorgeheizten Backofen bei 220° etwa 8 Minuten garen. Mit gezupfter Petersilie bestreut servieren. Dazu passt: ungeschälter Reis und Salat in Kräutervinaigrette.