











## Seehechtfilet

Zutaten für 8 Portionen
8 große Kartoffeln
3 große Zuccchini, weiß
1/4 Kürbis
4 Tomaten
3 große Knoblauchzehen (nach Geschmack)
8 große Seehechtfilets
(Merluza)

8 kleinere Zweige Rosmarin 8 kleinere Zweige Thymian Salz und Pfeffer 2 TL Zitronensaft 200 g geriebenen Käse (ich nehme immer gern Manchego) 8 Stückchen Backpapier 16 Haarklammern

## Zubereitung

Die Kartoffeln schälen und ebenso wie die Zucchini und den Kürbis in ca. 1 cm große Würfel schneiden. In einer beschichteten Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen und zuerst die Kartoffelwürfel anbraten, etwas später die Zucchini und den Kürbis hinzufügen. Bis das Gemüse fast gar ist, dauert es ungefähr 10 Minuten. Salzen, pfeffern und beiseite stellen.

Den Ofen auf 180°C vorheizen.

8 ausreichend große Stücke Backpapier vorbereiten. Auf jedes Papierstück ein Merluzafilet legen, mit etwas Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Anschließend den fein gewürfelten Knoblauch und die Kartoffel-Zucchini-Kürbis-Mischung darauf verteilen. Die Tomaten vierteln und ebenfalls auf dem Gemüse verteilen, ebenso den geriebenen Käse. Die Kräuter auf das Gemüse geben und das Ganze noch einmal mit etwas Zitrone beträufeln. Das Papier über dem Fisch zusammenfalten und an den beiden Enden mit den Haarklammern zu einem Bonbon schnüren.

Die Fischpäckchen auf das Backblech legen und ca. 10-15 Minuten backen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Min.

Die Päckchen werden verschlossen auf Tellern serviert, jeder darf seins selbst auspacken! **67**