

**Sören Anders**  
**Saibling mit Zitronenkartoffeln und Tomatenpesto****Mittwoch, 14. August 2024**  
**Rezept für 4 Personen**

Dauer: 1 Stunde  
Schwierigkeitsgrad: Leicht  
Feine Küche

**Zutaten:**

8	mittelgroße Kartoffeln, festkochend
2	Bio-Zitronen
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
5 EL	Olivenöl
30 g	Parmesan
200 g	getrocknete Tomaten, in Öl eingelegt
12	Pimientos de Padron (kleine milde, grüne Bratpaprika)
4 EL	Pflanzenöl zum Anbraten
800 g	Saiblingsfilets mit Haut
2 EL	Butter
2 Zweige	Thymian

**Zubereitung:**

1. Den Backofen auf 170 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Die Kartoffeln abwaschen, schälen und in Spalten schneiden. Die Kartoffelspalten in eine flache Auflaufform geben.
3. Die Zitronen heiß abwaschen und abtrocknen. Von einer Zitrone die Schale abreiben und den Saft auspressen. Die zweite Zitrone in Scheiben schneiden.
4. Die Kartoffeln mit Salz und Pfeffer, 3 EL Olivenöl, der Hälfte des Zitronenabriebs und dem Zitronensaft würzen. Die Zitronenscheiben zwischen die Kartoffelspalten mit legen und alles im heißen Ofen etwa 40 Minuten garen.
5. Für das Pesto Parmesan fein reiben. Die getrockneten Tomaten grob schneiden.
6. Tomaten mit 2 EL Olivenöl und dem Parmesan in einen Mixer geben und zu einem Pesto zerkleinern.  
Tipp: Wer in der Saison viele frische Tomaten hat, kann diese für das Pesto auch selbst antrocknen. Dafür die Tomaten waschen, am Stielansatz einritzen, kurz in kochendes Wasser tauchen, herausnehmen und die Haut abziehen.  
Tomaten vierteln, die Kerne austreichen. Tomatenviertel auf ein Backblech legen, leicht mit Salz würzen und bei 90 Grad im Ofen für ca. 4-5 Stunden antrocknen, dabei mehrmals wenden. Damit die Feuchtigkeit aus dem Ofen entweichen kann, einen Kochlöffel in die Ofentür klemmen.
7. Die Pimientos waschen und abtropfen lassen. In einer Pfanne die Hälfte vom Bratöl erhitzen. Die Pimientos zugeben und von allen Seiten anbraten, mit Salz und dem restlichen Zitronenabrieb würzen und warmhalten.
8. Saiblingsfilets abbrausen und trocken tupfen, in Portionsstücke teilen und leicht salzen. In einer Pfanne restliches Bratöl erhitzen und die Fischfilets zunächst auf der Hautseite anbraten. Sobald die Haut knusprig ist, Butter und Thymian zugeben, die Filets wenden und bei kleiner Hitze kurz gar ziehen lassen.
9. Die Fischfilets, Zitronenkartoffeln, Pimientos und Tomatenpesto anrichten.

Pro Portion: 825 kcal/ 3450 kJ  
45 g Kohlenhydrate, 49 g Eiweiß, 48 g Fett