Rougets in Folie

dg: sg

2 Personen

2 Rotbarbenfilets, küchenfertig
2 Knobli, fein gehackt
3 Lorbeerblätter, eingeschnitten
1 Viertel Zitrone, Saft
1 dl Olivenöl
Salz & schwarzer Pfeffer
20 g Taggiasca Oliven, gehackt
Backpapier

Die Filets nochmals vorsichtig entgräten und entschuppen.
Oder ganze Rougets, ausgenommen, geschuppt.
Knobli, Lorbeer, Zitronensaft, halben Kaffeelöffel geschroteter Pfeffer und Olivenöl verrühren. Mit diese Marinade die Rougets 2 Stunden marinieren.
Backofen auf 200 Grad U/Oberhitze vorheizen.
Die Fischfilets auf 2 Bögen zerknülltes und wieder geöffnetes Backpapier legen. Salzen und Marinade drüber verteilen. Olivenhack über die Fische geben, einpacken und 10 Minuten bei 200 Grad backen.
Mit Dampfkartoffeln und den Fisch in der Backfolie servieren.

Weinempfehlung
Hermitage Blanc von Jean-Louis Chave oder Pavillon blanc du Château Margaux