



# Gaumenfreuden!

## AUS FRÄNKISCHEN BACKÖFEN



Heute von  
in  
Altendettelsau

**Fischhof**  
Hausmann

### Zutaten

ca. 150g Karpfenfilet Gräten  
geschnitten  
1 kleine Zucchini  
¼ Karotte  
Eine Handvoll Erbsen  
5 Champignons  
Je ein kleines Stück Lauch,  
Petersilienwurzel, Sellerie  
Petersilie  
Kräuterbutter  
(selbstgemacht)  
Salz, Pfeffer

### Zubereitung

Gemüse waschen und putzen  
Zucchini in dünne Scheiben schneiden  
Karotten in dünne Streifen schneiden  
Champignons vierteln  
Petersilienwurzel und Sellerie klein Würfeln  
Lauch in halbe Ringe schneiden  
Petersilie hacken  
Das Gemüse und Petersilie mit den Erbsen  
mischen, anschließend salzen und pfeffern  
Einen Backpapierbogen nehmen und in die  
Mitte etwas Kräuterbutter geben, 1/3 des  
Gemüses auf die Kräuterbutter geben  
Das Karpfenfilet salzen und pfeffern, dann  
auf das Gemüsebett geben  
Restliches Gemüse auf das Filet geben und  
nochmals Kräuterbutterflocken darauf  
verteilen  
Das Backpapier an den Seiten gut  
zusammendrücken und nach oben hin  
schließen  
Im Backofen bei 180°C Ober-/Unterhitze  
ca. 25-30 Minuten backen Genießen!