






Skrei im Ofen gebacken auf Tomaten-Knoblauch-Beet

 Leicht  30 min  4 Personen

Zutaten

- 800 g norwegisches Skreifilet, ohne Haut
- 1 Zwiebel
- 4 Tomaten
- 3 Knoblauchzehen
- 1/3 TL Chilischote, rot
- 100 g Tomatenmark
- 100 ml Weißwein
- 100 ml Olivenöl
- Zucker
- Salz
- Pfeffer
- Thymian, frisch

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür

Zubereitung

Schritt 01

Heizen Sie den Ofen auf 200 °C vor.

Schritt 02

Würfeln Sie die Zwiebel, schneiden Sie die Tomaten in Scheiben und hacken Sie den Knoblauch und die Chili sehr fein.

Schritt 03

Braten Sie die Zwiebel und den Knoblauch in etwas Olivenöl, bis sie anfangen braun zu werden.

Schritt 04

Fügen Sie die Chili und das Tomatenmark hinzu und lassen Sie dies kurz mit den Zwiebeln mitbraten.

Schritt 05

Fügen Sie den Weißwein hinzu und würzen Sie die Soße mit Zucker, Salz und Pfeffer.

Schritt 06

Legen Sie den Skrei zusammen mit den Tomatenscheiben in eine feuerfeste Schale.

Schritt 07

Backen Sie den Fisch etwa 20 Minuten lang im Ofen.

Schritt 08

Gießen Sie einen Spiegel Tomatensoße auf die Teller, träufeln Sie etwas Olivenöl darüber und legen Sie dann den Fisch auf die Soße.

Schritt 09

Streuen Sie etwas gehackten Thymian darüber und servieren Sie den Fisch mit Brot.

Skrei aus Norwegen

Dieses Rezept wurde uns freundlicherweise von unserem Partner [Seafood from Norway](#) bereitgestellt.

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür