



**stadtfarm**  
BERLIN

# FISCH MIT KRÄUTERKRUSTE

in 45 Minuten zubereitet

## ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

2x 150g Filet vom African Catfish\*  
15 g Mandelspalten  
20 g Zwieback oder altes Brot  
Petersilie, Dill, Kerbel  
1 Bio-Zitrone  
4 Tl Olivenöl  
Salz, Pfeffer  
500 g grüner Spargel  
150 ml Gemüsebrühe  
1 Knoblauchzehe  
150 g Kirschtomaten\*

\*gibt's bei der StadtFarm

Mandelspalten in einer Pfanne ohne Fett rösten und auf einem Teller abkühlen lassen. Zwieback oder altes Brot in der Küchenmaschine zerkleinern. Einige Mandelspalten und Kräuterblätter zur Dekoration aufheben. Den Großteil der Petersilien-, Dill- und Kerbelblätter und Mandeln kurz mithacken. Zitrone Halbieren. Eine Hälfte in Spalten schneiden und aufheben, von einer Hälfte die Schale dünn abreiben und 1 El Saft auspressen. Beides mit 2 Tl Öl zu den Bröseln geben, salzen und pfeffern. Spargel im unteren Drittel schälen, Enden abschneiden, Stangen in schräge Stücke schneiden, Köpfe längs halbieren. Fisch salzen und pfeffern, in eine Auflaufform setzen, Kräuterbrösel darauf geben und gut andrücken. Spargel, Tomaten und Knoblauch ebenso in die Auflaufform neben den Fisch geben. 100 ml Brühe auf das Gemüse verteilen. Im Ofen auf der mittleren Schiene bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) für 15 bis 20 Minuten garen. Gemüse und Fisch anrichten, mit restlichen gehackten Kräutern und den Mandeln bestreuen und mit Limettenspalten servieren. Dazu passen gekochte Kartoffeln oder Reis.

Guten Appetit!