



BY APPOINTMENT TO THE ROYAL DANISH COURT

Royal Greenland®



Im Ofen gebackene Schollenfilets mit Gemüse und Tomatensoße

für 4 Personen

Im Ofen gebackenes Gemüse:
ca. 1 kg Kartoffeln, Knollensellerie,
Mohrrüben, Petersilienwurzel
und Zwiebel, insgesamt
2-3 EL Olivenöl
1 Bd. Salz und frisch gemahlener Pfeffer
gewiegte Petersilie

Tomatensoße:

1 Dose gehackte Tomaten mit Chili
und Knoblauch
1 grob gehackte Zwiebel
1 gewürfelter Grüner Pfeffer
100 ml Gemüsebrühe
Salz und frischgemahlener Pfeffer

4 doppelte, panierte Royal Greenland
Schollenfilets

Gemüse zureichten, in einheitliche, ziemlich große Stücke schneiden und mit Haushaltsrolle abtupfen. Gründlich im Olivenöl wenden und über den Boden einer ofenfesten Schüssel verteilen – dabei auf einschichtiges Verlegen achten. Gemüse ohne Abdecken in den Ofen bei 180°C stellen und ca. 20 Minuten lang backen lassen. Dabei gelegentlich umrühren.

Tomaten in einen Topf schütten und Zwiebel, Pfeffer und Brühe begeben. Soße zum Kochen bringen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, Temperatur senken und ca. 30 Minuten köcheln lassen. Abschmecken.

Ofentemperatur auf 190°C steigern, gefrorene Schollenfilets in einer ofenfesten Schüssel anordnen und in den Ofen neben das Gemüse stellen. Filets 20 Minuten backen lassen.

Gemüse mit grobem Salz und Pfeffer bestreuen, Petersilie begeben und Gemüse zusammen mit der Tomatensoße zu den knusprigen Schollenfilets servieren.