

# Rotzunge in Folie pochiert

---

Rotzunge in Folie pochiert

Zutaten für 4 Personen

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Menu: [8.02.2023](#)

Creation: [Ruedi Wegmann](#)

## Zutaten:

- 1 Rolle Anti-haft-Alufolie (Tangan Nr. 51)
- 50 g Kräuterbutter
- 4 Stk Rotzungenfilets
  - Pfeffer weiss
  - Salz
  - Olivenöl mit Zitrone
- 1 Bd Thymian
- 1 Zitrone
- 200 ml Weisswein
- 1 Baguette

## ZUBEREITUNG

Alufolie zuschneiden: pro Person 2 Stück (29 x 35 cm)  
Kräuterbutter verflüssigen und auf die Hälfte der Folien (goldige Seite) pinseln.  
Fischfilets leicht salzen und pfeffern und auf die Folie legen.  
Mit Olivenöl beträufeln.  
Thymianzweiglein und eine feine Scheibe Zitrone auf Fisch legen.  
Auf 3 Seiten Folien fest zusammenfalten. Etwas Weisswein hineingeben.  
Fertig einpacken.

Im Ofen 160 ° C Umluft 20 Minuten pochieren.  
8 Scheiben Baguette leicht anrösten.

Fisch eingepackt und Baguettescheiben auf grossen Tellern servieren.