

Schwarzer Heilbutt mit Nudelgemüsepfanne

Zutaten für 4 Personen

800 g schwarzer Heilbutt
400 g gehackte Tomaten
400 g Zucchini
400 g Paprika
200 g Penne Rigate
Pesto Rosso oder Pesto verde
1 kleine Zwiebel
1 TL Knoblauch
3 TL Pesto
Salz, Pfeffer und etwas Zucker

Zubereitung

Als erstes die Nudeln nach Packungsanleitung abkochen.

Dann die Zwiebel fein würfeln, die Paprika und Zucchini in größere Würfel schneiden.

Zwiebeln und Paprika auf großer Hitze anbraten, dann salzen und pfeffern. Danach die Zucchini zugeben und alles ca. 3-4 Minuten bei mittlerer Hitze braten. Knoblauch, gehackte Tomaten und das Pesto zum Gemüse geben und verrühren. Anschließend die Nudeln dazugeben und nochmals alles verrühren und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Zubereitung

Öl mit Butter erhitzen, den Fisch von beiden Seiten salzen und pfeffern und dann ca. 4-5 Minuten insgesamt braten.

Gemüse mit den Nudeln anrichten und dann den Fisch darüber platzieren.

Unsere Weinempfehlung:

Ein Weissburgunder von Markus Schneider.

Guten Appetit!