

## Fischfilets mit Thymian

[Hauptspeise](#)[Fischgerichte](#)

### ZUBEREITUNG

Backofen auf 250° C vorheizen. Fischfilets kalt abspülen, trockentupfen, mit etwas Zitronensaft beträufeln. Thymian waschen, trockenschütteln und hacken, den Knoblauch schälen. Butter, Gewürze und Senf zugeben und untermischen. Fischfilets in die Backform legen und salzen. Die Sauce darauf verteilen. Die Zitrone bzw. Limette in dünne Scheiben schneiden und darüber verteilen. Im Ofen (Mitte) 5 Min. backen. Mit Salat, Brot oder Kartoffeln servieren.



### ZUTATEN

4 Fischfilets (z.B.  
Seelachs, Barsch oder  
Zander je ca. 180g)

1 Zitrone oder Limette

4 Zweige Thymian

4 Knoblauchzehen

80 g weiche Butter

2 TL scharfen Senf

Bad Ischler Kristall Salz

etwas Pfeffer