

ORANGEN-KABELJAU MIT GURKENSALAT

ORANGEN-KABELJAU MIT GURKENSALAT

Ich mag leichte und sommerliche Fischgerichte - und dieser Orangen-Kabeljau mit Gurkensalat ist definitiv eines davon. Der Kabeljau wird ähnlich wie [dieser Lachs](#) hier bei kleiner Hitze im Ofen gegart und anschließend mit Salzkartoffeln und einem super schnellen Gurkensalat serviert. Perfekt für die letzten warmen Abende in diesem Jahr!



ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

400g Kabeljaufilet

1/2 Bund Dill

2 EL Olivenöl

1 Knoblauchzehe

Pfeffer & Salz

1/2 Zwiebel

1 Orange

Für die Salzkartoffeln:

400g Kartoffeln

Salz

Für den Gurkensalat:

1 Gurke

1 EL Olivenöl

Pfeffer & Salz

1 EL Weißweinessig

ZUBEREITUNG:

Den Dill, die Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer, das Olivenöl, den Abrieb und den Saft der Orange in den Mixer geben und zu einer feinen Kräutermarinade mixen. Den Backofen auf 150°C Umluft vorheizen und den Fisch rundum mit der Kräutermarinade einreiben. Eine Auflaufform mit Backpapier auslegen und den Fisch hinein legen. Für 25-30 Minuten in den vorgeheizten Backofen schieben.

Die Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Die Kartoffelstücke in einen Topf mit kaltem Salzwasser legen und gar kochen.

Die Gurke waschen und in dünne Scheiben reiben. Den Gurkensalat mit Salz, Pfeffer, Öl und Essig anmachen.



Den fertig gegarten Fisch aus dem Ofen holen...



© katha-kocht!

... und mit den Kartoffeln und dem Gurkensalat anrichten.

Guten Appetit!



© katha-kocht!