

## Heilbutt-Gemüse-Päckchen

### Zutaten (für 8 Personen):

32 Kirschtomaten  
4 Knoblauchzehen  
Saft von 3 Zitronen  
150 ml Olivenöl  
Salz und Pfeffer  
2 Handvoll grüne Bohnen  
2 Bund frisches Basilikum  
8 Heilbuttfilets oder Fischfilets mit weißem, festem Fleisch  
Butterbrotpapier

### Zubereitung

Die Kirschtomaten in einer Schüssel ein wenig zerdrücken, mit den geschälten und gepressten Knoblauchzehen, Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer vermischen. Ca. 20 Minuten ziehen lassen.

Die grünen Bohnen in kochendem Salzwasser bissfest kochen.

Den Backofen auf 200°C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Acht Stück Butterbrotpapier (ca. A4) in der Mitte falten und an zwei Seiten einschlagen und festdrücken, sodass eine Tasche entsteht.

Die Bohnen und das fein geschnittene Basilikum unter die Tomaten mischen.

In jede Papiertasche ein Fischfilet und die gleiche Menge der Tomatenmischung (inklusive Saft) verteilen. Die Papiertasche an der dritten Seite gut verschließen. Auf ein Backblech legen und 25 Minuten backen.

### Zu guter Letzt

Die Päckchen aus dem Backofen nehmen und auf Tellern anrichten.

### Tipp

Dazu passen heurige Kartoffeln.

## **Polentaflammeri mit Rosmarinzwetschken**

### Zutaten (für 8 Personen):

400 ml Milch  
50 g Butter  
½ TL geriebene Zitronenschale  
80 g Instant-Polenta (vorgegart)  
4 Blatt Gelatine  
3 Eiweiß  
80 g Kristallzucker  
150 ml Schlagobers (Sahne)  
Staubzucker zum Bestreuen

### Für die Rosmarinzwetschken

200 g Kristallzucker  
400 g Zwetschken  
10 ml Wasser  
3 Rosmarinzwige

### Zubereitung

Die Polentaflammeris bereits am Vortag zubereiten: Milch, Butter und geriebene Zitronenschale in einen Topf geben und aufkochen. Die Polenta unter ständigem Rühren einrieseln lassen und bei schwacher Hitze ca. 2 Minuten kochen.

Die Gelatine in reichlich kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und in der warmen Flammeri-Masse auflösen. Anschließend abkühlen lassen.

Das Eiweiß mit dem Kristallzucker zu cremigem Schnee schlagen und unter die abgekühlte Masse heben. Das Schlagobers halb steif schlagen und ebenfalls unterheben. In gebutterte Förmchen füllen und diese mit Frischhaltefolie abdecken. Über Nacht kalt stellen.

Für die Rosmarinzwetschken den Kristallzucker in einem Topf mit schwerem Boden erhitzen. Die Zwetschken halbieren, entkernen und zum geschmolzenen Zucker geben. Mit dem Wasser aufgießen. Die Rosmarinzwige beifügen und 10 Minuten leise köcheln lassen. Die Rosmarinzwige wieder entfernen.

### Zu guter Letzt

Die Polentaflammeris aus dem Kühlschrank nehmen und auf Teller stürzen. Mit Staubzucker bestreuen und mit den noch lauwarmen Rosmarinzwetschken servieren.



