Fisch in Senfsoße aus dem Ofen

Zutaten für 4 Portionen

Für den Fisch:

- 4 Fischfilet
- 1 Zitrone
- Salz und Pfeffer

Für die Senfsoße:

- 50 g Butter
- 50 g Weizenmehl
- 500 ml Gemüsebrühe
- 300 ml Milch
- 3 EL Senf (mittelscharf)
- 1 EL Dill (gehackt)
- 1 Prise Pfeffer
- Salz

Arbeitszeit:	ca. 10 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 25 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 35 Minuten

Zubereitung:

1. Lass das Fischfilet antauen, spüle es mit kaltem Wasser ab und tupfe es trocken. Beträufel den Fisch von beiden Seiten mit Zitronensaft und würze ihn mit Salz und Pfeffer.
2. Erhitze für die Senfsoße die Butter in einem großen Topf und rühre dann das Mehl ein. Gieße unter Rühren die Gemüsebrühe und die Milch dazu. Würze die Sauce mit Senf, Pfeffer und Dill. Koche sie auf und schmecke sie mit Salz ab.
3. Gieße die Hälfte der Senfsoße in eine gefettete Auflaufform und verteile die Fischfilets darauf. Gib die restliche Sauce darüber.
4. Backe den Fisch in der Senfsoße 25 Minuten bei 200°C Ober-/Unterhitze.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.