

Fisch (oder Poulet) im Backpapier

1. Teigwaren (z.B. Tagliatelle) al dente kochen
2. Fisch (z.B. Lachs, Dorsch, Heilbutt...) oder Poulet in Stücke à ca. 100-150g schneiden und mit Salz & Pfeffer würzen
3. Beilagen bereitstellen (fein geschnittenes Gemüse wie Zucchetti, Lauch, Peperoni, Chili, halbierte Cherry-Tomätli etc., Zitronenschnitze, nach Belieben fürs mediterrane Flair Oliven, getrocknete Tomaten, Kapern etc.)
4. Kräuter hacken (z.B. Thymian, Peterli, Majoran etc.)
5. Backofen auf 200 Grad einstellen

Nun kann jeder Gast sein eigenes „Päckli“ machen. Dazu eine Handvoll Teigwaren in die Mitte des Backpapiers legen, darauf Beilagen nach Wunsch verteilen, das Ganze etwas würzen, Kräuter und ganz oben drauf das Stück Fisch sowie ein Schnitz Zitrone legen.

Am Schluss ein Spritzer Rahm sowie nach Belieben ein Schluck Weisswein darüber giessen. Nun die Backfolie gut einrollen und die Enden herumfalten, allenfalls zu bostitchen.

Das Päckli mithilfe eines wasserfesten Filzstifts mit dem Namen versehen und ab in den Ofen damit. (Fisch 15 Minuten, Poulet 20-25 Minuten)

Wichtig: Jeder Gast bekommt sein Päckli als Ganzes auf dem Teller serviert, denn das Öffnen „fägt“ und der Duft ist bezaubernd.



Ein leckeres Rezept für die Bewirtung einer grösseren Gruppe, bei der jeder sein Essen selber zubereiten kann.

Dieser Rezeptvorschlag ist nicht nur total lecker und variantenreich, sondern auch besonders praktisch, wenn man eine grössere Gruppe zu Besuch hat und einmal etwas anderes als Pasta-Festival, Fajitas oder Pizza auftischen möchte.

En guete wünscht Euch Isabelle Bühlmann, Leitung Polydesign3D Infoabende Bern.