

# Kochen mit Klaus

## Spargel zu Seelachs mit Kräuter-Dillsauce

### Zutaten: (Für 2 Personen)

- 500 g weißer Spargel, je 1 TL Salz, Zucker & Zitronensaft, 1 Zwiebel,
- 250 g TK-Seelachs, Salz, weißer Pfeffer, 250 ml Cremefine,
- 100 ml Weißwein, 1 Pck. Fix für Seelachs in Kräuter-Dillsauce,
- Dill, Schnittlauch, grüne Tagliatelle

### Zubereitung:

1. Fisch auftauen, waschen, trocken tupfen u. mit Zitronensaft beträufeln. Spargel schälen, Enden abschneiden. Zwiebel abziehen, fein würfeln u. in etwas Butter glasig dünsten. Beutelinhalt in Cremefine u. Wein einrühren, etwas Salz, weißer Pfeffer u. Kräuter unterrühren.



2. Fisch in eine Auflaufform legen, pfeffern, mit den Zwiebeln bestreuen u. mit der Sauce übergießen. Im Ofen bei 200°C 25-30 Min. garen.



3. Spargel mit Zitronensaft beträufelt, mit Zucker u. Salz bestreut 20 Min. im Dampfgarer zubereiten. Nudeln nach Angabe zubereiten. Spargel mit Sauce zum Seelachs u. Tagliatelle mit Dill bestreut servieren.



*Tipp des Chaoten:* *Mit einem trockenen Weißwein genießen!*

