



Fischpie mit Erbsen und Blätterteighaube

Zeit gesamt
30min



Zubereitungszeit
30min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Seelachsfilet, tiefgefroren 600 g

Dill, frisch 20 g

Schlagsahne 300 ml

Erbsen, tiefgefroren 300 g

Salz

Pfeffer, schwarz gemahlen

Blätterteig 1 St.

Zubereitung

1. Seelachs am besten über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen. Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Dill fein hacken. In einem Topf Sahne mit Erbsen aufkochen. Dill zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2. Seelachs waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Fisch in eine Auflaufform geben und Sahnesauce darübergeben. Blätterteig über der Auflaufform ausrollen, Ränder andrücken und im Ofen ca. 20 Min. garen.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	523 kcal
Kohlenhydrate	34 g
Eiweiß	36 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	25 g