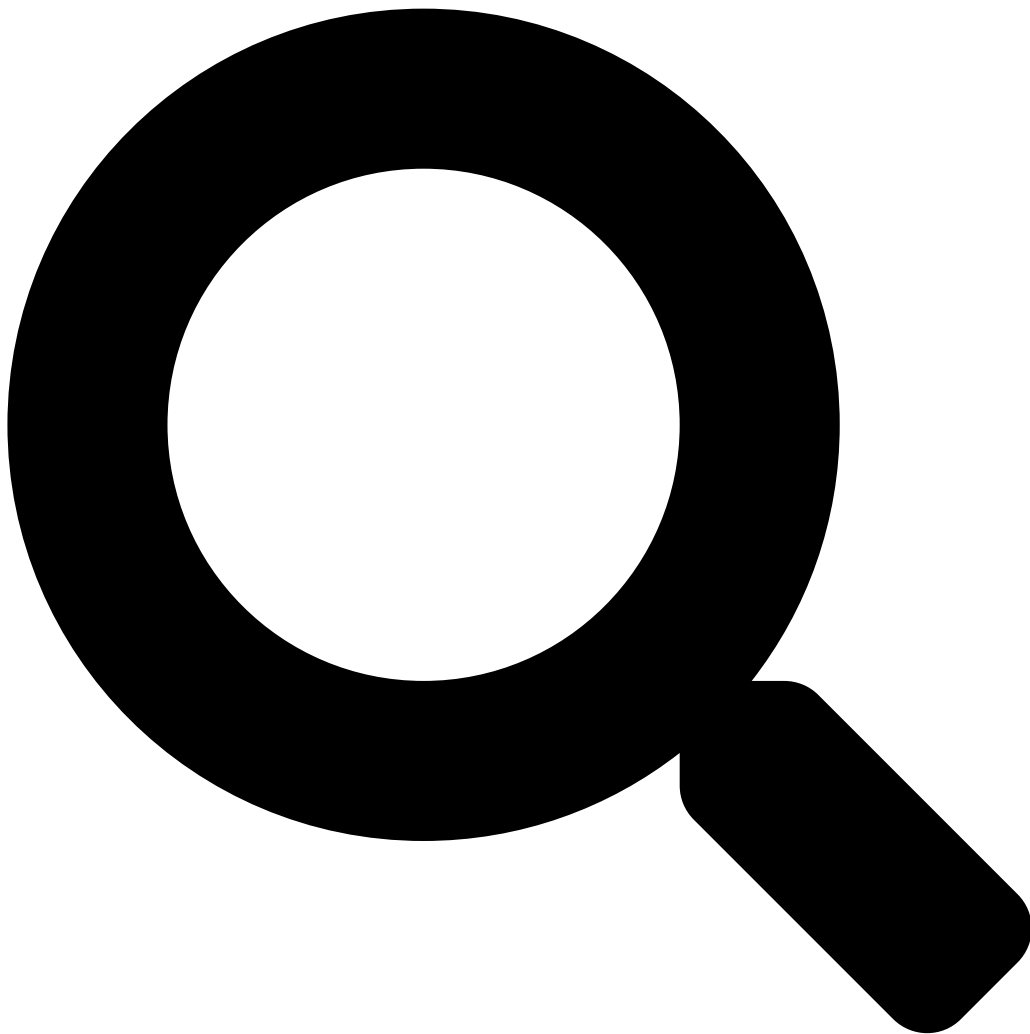
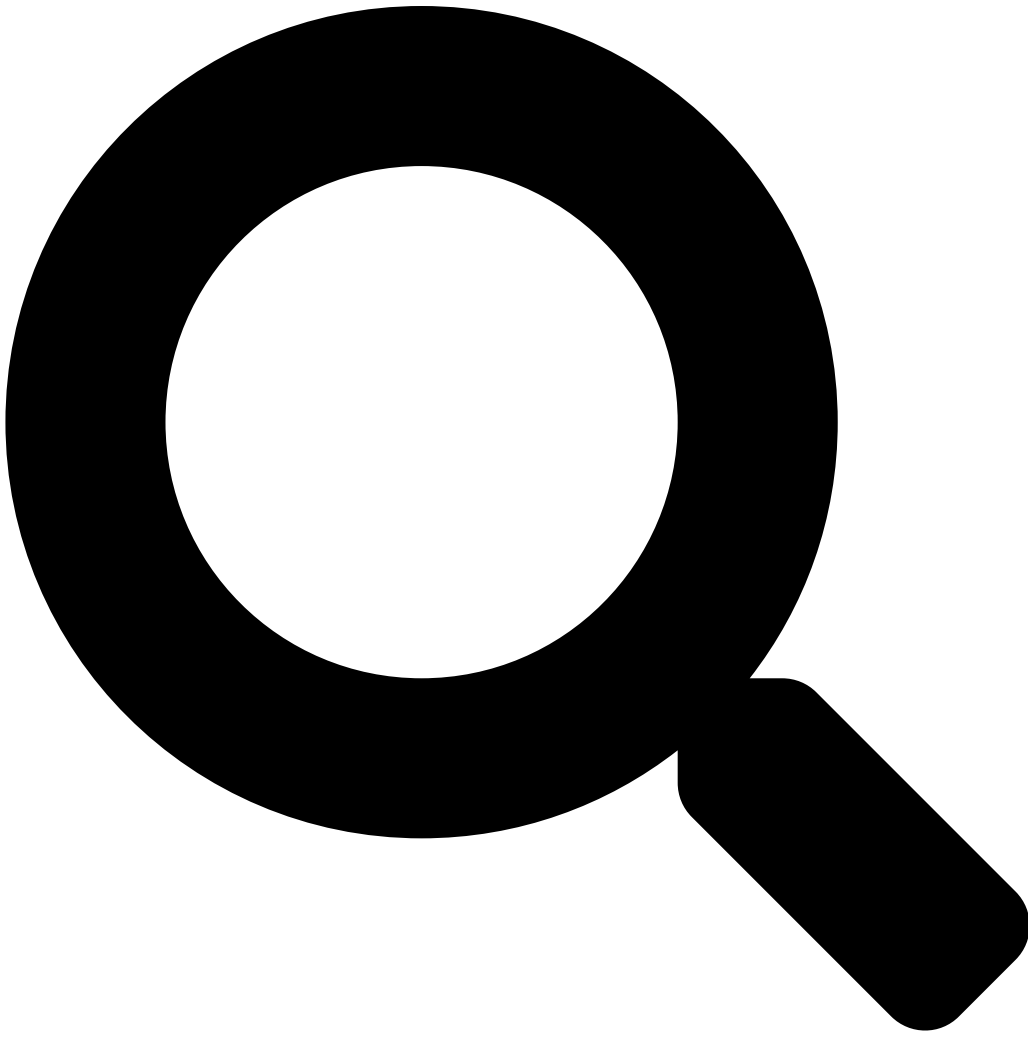


Seelachs vom Blech mit Pfirsich & buntem Gemüse

Manchmal entstehen die schönsten Gerichte einfach aus dem, was die Saison gerade schenkt. Und genau so ist dieses farbenfrohe Ofengericht entstanden.

Süße, weißfleischige **Pfirsiche aus Italien** treffen auf knackige **Mini-Paprika aus Spanien**. Beides habe ich direkt bei den Landwirten über CrowdFarming bestellt. Das übrige saisonale Gemüse stammt von meinem **Biobauern Agena Dreyer in Krummhörn**. Für mich eine wunderbare Möglichkeit, gute Lebensmittel bewusst auszuwählen und zu wissen, woher sie kommen.



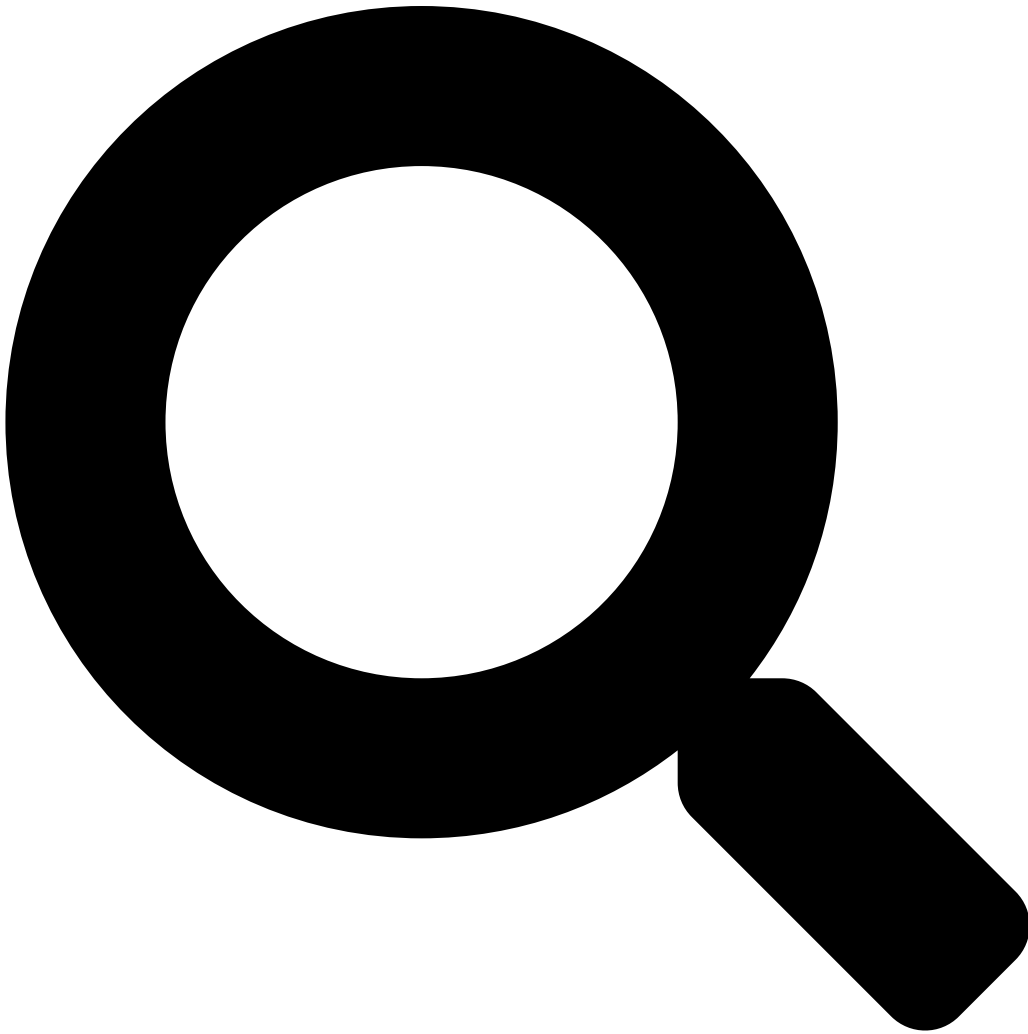


Auf dem Blech wird daraus ein richtiges Farbenspiel: Mini-Paprika und rote Paprika rösten im Ofen, Zucchini und rote Zwiebeln entwickeln herrliche Röstaromen und die Tomaten werden wunderbar saftig. Erst später kommen die Pfirsichspalten dazu. Durch die Wärme werden sie weich und aromatisch, behalten aber noch genügend Biss und bringen eine feine fruchtige Süße ins Gericht.

Dazwischen liegt der **Seelachs**. Mild, saftig und genau richtig als Gegenstück zu dem kräftig gewürzten Gemüse und den warmen Pfirsichen. ☐☐



Und dann kommt für mich das kleine Highlight: **Zitronen-Kräuter-Skyr**. Kühl, cremig und leicht säuerlich verbindet er Fisch, Gemüse und Pfirsich miteinander. Ein Klecks davon auf das noch warme Ofengemüse – und plötzlich schmeckt jeder Bissen ein bisschen anders: fruchtig, würzig, frisch, cremig und herrlich aromatisch.



Was ursprünglich als Experiment begann, hat mich geschmacklich wirklich begeistert. **Pfirsich zu Fisch? Unbedingt!** Gerade zusammen mit Paprika, Zucchini, Tomaten und dem frischen Dip entsteht ein leichtes, sommerlich-spätsommerliches Gericht, das nach Sonne und Erntezeit schmeckt.

Für mich ist genau das **SIMkitchen**: saisonale Lebensmittel entdecken, verschiedene Aromen miteinander kombinieren, Neues ausprobieren – und aus guten Zutaten etwas richtig Leckereres machen. ☐

Saisonal kochen. Direkt einkaufen. Neues ausprobieren. Und vor allem: genießen. ☐

