

Kochen mit Klaus

Wolfsbarsch mit Pfifferlingen

Zutaten: (Für 2-3 Personen)

- 380 g TK-Wolfsbarschfilets, Salz, Pfeffer, 300 g TK-Pfifferlinge, Öl,
- Zitronensaft, Mehl, 250 g Champignons, 60 g Schinkenwürfel,
- 3 Lauchzwiebeln, Petersilie

Zubereitung:

1. Wolfsbarsch auftauen lassen, abspülen, trocken tupfen. Fisch mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern u. mehlieren. Gemüse putzen. Lauchzwiebelweiß fein würfeln. Lauchzwiebelgrün in Ringe, Champignons in Spalten schneiden.



2. Schinkenwürfel in Öl anbraten, Zwiebeln mitbraten. Champignons u. Pfifferlinge mitbraten. Salzen u. pfeffern, Petersilie einrühren. Abgedeckt ziehen lassen.



3. Wolfsbarsch zuerst mit der Hautseite in heißem Öl 5 Min. knusprig braten, wenden u. Oberseite weitere 2-3 Min. braten. Fisch auf der Hautseite mit Pilzen u. der Beilage auf Tellern anrichten.



Tipp des Chaoten: Dazu schmecken Petersilienkartoffeln.



Erstellt von Klaus am 15.12.2017