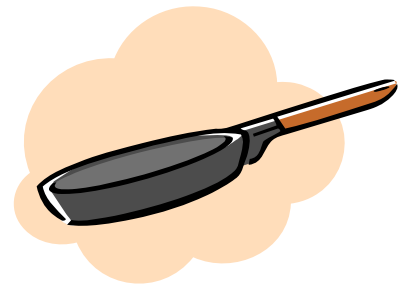


Mandelfisch aus der Pfanne

Für 2 Personen



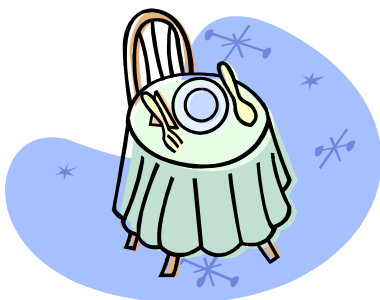
Zutaten:

Ein paar Zweige glatte Petersilie
2 ganze, küchenfertige Fische je ca. 300 g (Forellen, Saiblinge o. Renken)
1 EL Zitronensaft
Salz
Frisch gemahlener Pfeffer
1 EL Mehl
1 EL Butter
1 EL Öl (möglichst kein Geschmacksintensives)
2 EL Mandelblättchen
Einige Zitronenschnitze



Zubereitung:

Fische waschen und trockentupfen. Innen und außen mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Die Petersilie in die Bauchhöhlen der Fische legen. Butter und Öl in einer großen Pfanne (beide Fische sollten darin Platz haben) warm werden lassen. Mandelblättchen drin schwenken bis sie goldgelb sind. Aufpassen, das geht ziemlich fix. Wieder aus der Pfanne fischen und zur Seite legen. Fische im Bratfett bei mittlerer Hitze je Seite 6 Minuten braten. Fische herausnehmen und auf vorgewärmten Teller legen. Die Mandelblättchen wieder in die Pfanne geben und noch mal warm machen und mit dem Bratfett auf den Fischen verteilen. Zitronenschnitze mit auf den Teller legen.



Guten Appetit wünscht der
Fliegenfischerclub Rottweil !

