

Gericht: Sautierte Eglifilets mit Steinpilzen

Zutaten für: 4 Personen

Menge	Zutaten
520 gr.	Eglifilets, ohne Haut
30 gr.	Zitronensaft, frisch
	Salz, Pfeffer weiss aus der Mühle
20 gr.	Weissmehl
40 gr.	Sonnenblumenöl, high oleic
	Salz, Pfeffer
10 gr.	Schnittlauch, frisch
Garnitur	
160 gr.	Steinpilze, frisch, gerüstet
20 gr.	Schalotten, geschält
2 gr.	Knoblauch, geschält
20 gr.	Butter
	Salz, Pfeffer weiss, aus der Mühle
10 gr.	Schnittlauch



Vorbereitung:

- Steinpilze mit einem Tuch abreiben und in gleichmässige Scheiben schneiden.
- Schalotten, Knoblauch und Schnittlauch fein schneiden.

Zubereitung:

- Eglifilets mit Zitronensaft marinieren und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Fischfilets mehlen, überschüssiges Mehl abklopfen.
- Im Sonnenblumenöl beideseitig goldgelb sautieren.
- Fischfilets auf Küchenpapier entfetten.
- Steinpilze unter Farbgebung mit Schalotten und Knoblauch in Butter sautieren und abschmecken.

Anrichten:

- ✓ Eglifilets fächerförmig anrichten und sautierte Steinpilze über die Filets verteilen.

Viel Spass beim Kochen und guten Appetit