

Seeteufel mit Speck

Zutaten:

für 4 Personen

Für den FISCH

4 Seeteufel-Tranchen zu je etwa
180g
2 Teelöffel scharfer Senf
1 Teelöffel Zitronensaft
1/2 Teelöffel Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 Esslöffel Rosmarinnadeln; fein
gehackt
8 Frühstücksspecktranchen
Bratbutter zum Anbraten
2 Rosmarinzweiglein

ROSMARINBUTTER

75g Butter
1 Esslöffel Rosmarinnadeln fein
gehackt

GARNITUR

Rosmarin

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an fischrezepte@dstumpf.de. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

Vom Fisch dunkle Stellen und Häutchen wegschneiden. Alle Zutaten bis und mit Rosmarinnadeln mischen, Tranchen ringsum damit bestreichen. Mit je zwei Tranchen Speck umwickeln, mit Küchenschnur binden.

Fisch in der heißen Bratbutter beidseitig je 2-3 Minuten anbraten, Rosmarinzweiglein mitbraten. Alles herausnehmen, Rosmarin entfernen, Fisch zugedeckt warm stellen.

Für die Rosmarinbutter Butter in derselben Pfanne warm werden lassen, Rosmarinnadeln kurz andämpfen. Fisch darin zugedeckt 2-3 Minuten bei kleiner Hitze ziehen lassen.

Seeteufel-Tranchen mit Saisongemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten, garnieren, Rosmarinbutter dazu servieren.