

Marinierte Rotaugen

Zutaten:

Für 4 Personen:

4-5 Rotaugen

Salz

Mehl

Fett zum Braten

Für die Marinade:

2 Zwiebeln

1 Esslöffel Senfkörner

8 Pfefferkörner

1 Lorbeerblatt

1/4 Liter. Weinessig

1/8 Liter Wasser

1 Prise Zucker.



Email vom 1.12.206:

Hallo, ich hab mal das Rezept von Eurer Seite ausprobiert. Ist einfach und schnell in der Herstellung. Ich habe statt der Bratkartoffeln Pellkartoffeln dazu gemacht, sehr lecker.

Gruß Thorsten Beier aus 59075 Hamm.

Zubereitung:

Rotaugen schuppen, ausnehmen, gründlich waschen und trockentupfen. Innen und außen mit Salz einreiben und in Mehl wenden. In heißen Fett von beiden Seiten goldbraun braten. Zwiebeln in Ringe schneiden. Rotaugen in eine Schüssel legen. Zwiebelringe, Senf- und Pfefferkörner, Lorbeerblatt und etwas Zucker mit Essig und Wasser aufkochen lassen, abkühlen und über die Rotaugen gießen. Etwa 2-3 Tage ziehen lassen. Dazu schmecken Bratkartoffeln. TIP: Weißfisch hat relativ festes Fleisch, daher kann man es auch etwas länger ziehen lassen.