

# Steinbutt auf Champignon Gemüse

## Zutaten:

für 4 Personen

200g Champignons  
600g Steinbuttfilet  
3 Esslöffel Öl  
Salz, Pfeffer  
Oregano  
1 Esslöffel Mehl  
1 rote Paprikaschote  
125 ml Fleischbrühe  
30g Kapern  
2 Zwiebeln

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

## Zubereitung:

Geputzte Pilze blättrig schneiden, zusammen mit Zwiebelwürfel in heißem Öl glasig dünsten. Paprikastreifen mitdünsten, würzen. Mit Mehl bestäuben und mit heißer Fleischbrühe ablöschen, kurz durchkochen lassen.

Steinbuttfilets auf das Gemüse legen, zugedeckt bei mittlerer Hitze 15 Min. garen. Mit Reis servieren.