



Feigl GesmbH
Lebensmittel u.- Tiefkühlprodukte
Hartlmühl 62, 3351 Weistrach
Tel.: +43 7477 / 427 20, Fax: +43 7477 / 423954



Seezunge mit Erdbeer-Pfeffer Sauce

Für 4 Portionen

Für den Fisch:

4 küchenfertige Seezungenfilets à 75g-100g
1 unbehandelte Zitrone
Salz
50g Frühstücksspeck
250g Erdbeeren
150 ml trockener Rotwein
2Tl Speisestärke
125 ml Fischfond
1Tl eingelegter grüner Pfeffer
Mehl zum wenden
1 El Butter
Zitronenmelisse und etwas
grüner Pfeffer zum garnieren



Zubereitung:

Zitronensaft auf die Fischfilets verteilen, Fisch leicht salzen und beiseite stellen

Speck fein würfeln, Erdbeeren würfeln (4 Erdbeeren aufheben zum garnieren)

Etwas Wein mit Stärke vermischen,

Restlichen Wein mit Fond Erdbeerwürfeln Zitronenschale und Pfeffer 5 min. köcheln lassen, mit der Stärke binden, salzen und kalt stellen.

Seezungen in Mehl wenden, Speck mit Butter in einer Pfanne kross braten und auf Küchenpapier abtropfen lassen, Seezungen im Bratfett auf jeder Seite 4 min. braten

Seezungen mit Speckwürfel und Sauce auf Teller anrichten, mit restlichen Erdbeeren, grünem Pfeffer und Zitronenmelisse garnieren

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten (plus Bratzeit)