



EGLIFILETS AUS DEN ALPEN MIT HASELNUSSBUTTER

ZUTATEN

- 800 g Eglifilets mit Haut
- 2 Zitronen
- 250 g Butter
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 Bund Schnittlauch
- Meersalz „Fleur de sel“
- Pfeffer aus der Mühle (eventuell Zitronenpfeffer)

ZUBEREITUNG

Die Eglifilets auf Küchenpapier legen, salzen und pfeffern und mit etwas Zitronensaft abschmecken. Eine Zitrone bis auf das Fruchtfleisch schälen, dieses in sehr kleine Würfeln schneiden und beiseite stellen. Den Schnittlauch mit der Schere schneiden.

Eine grosse Nuss Butter mit einem Spritzer Öl in einer grossen, beschichteten Pfanne erhitzen. Wenn die Butter schön heiss ist und leicht gebräunt hat, die Eglifilets mit der Innenseite nach oben auf hineinlegen, die Hitze um ein Drittel zurückstellen und 3-5 Minuten kochen lassen, bis eine schöne goldbraune Farbe entsteht. Die Filets wenden, 2-3 Minuten weiterbraten und mit einem Löffel Butter beträufeln.

Die Filets mit dem Rücken zum Teller sofort auf heissen Tellern anrichten. Jedes Filet mit einigen Zitronenwürfeln und geschnittenem Schnittlauch bestreuen.