

Unsere köstliche Heimat | Gebratene Maränen mit Mandel-Butter

Zutaten für 4 Personen:

- 4 kleine küchenfertige Maränen
- 1 Bio-Zitrone
- 1 Bund glatte Petersilie
- 125 g Butter
- 200 g Mandelblättchen
- Salz

Zubereitung:

Maränen unter fließendem kaltem Wasser abspülen, mit Küchenpapier trockentupfen, mit Zitronensaft beträufeln und mit etwas Salz bestreuen. Die Fische 20 Minuten ziehen lassen.

Je 2 Stiele Petersilie in jede Maräne legen. Butter in einer großen Pfanne zerlassen. Die Maränen darin von beiden Seiten goldbraun braten und herausnehmen.

Die Mandelblättchen in die gleiche Pfanne geben und in der Butter anrösten. Maränen wieder hineingeben und nochmal mit den Mandeln erwärmen. Die Fische auf Teller legen, mit der Mandel-Butter begießen und mit gehackter Petersilie bestreut servieren.

Rezept: Unsere köstliche Heimat vom 19.11.2011

Region: Sachsen-Anhalt