Dorschfilet gebraten

Das Dorschfilet gebraten ist ein vorzüglich köstliches und leichtes Gericht. Das Rezept gelingt fast von selbst.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 10 min

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,5 h



Zutaten

800 g	Dorschfilets
	Salz und Pfeffer
3 EL	Zitronensaft
3 EL	Mehl
	Öl

Zubereitung

1. Die **Dorschfilet** mit Wasser abspülen und mit Küchenpapier abtrocknen. Mit Salz und Pfeffer würzen, in eine flache Form legen und mit Zitronensaft marinieren. Im Kühlschrank zirka 1 Stunden ziehen lassen.

2. Jetzt den Fisch abtropfen lassen und in Mehl wenden.

3. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Filets auf jeder Seite etwa 5 Minuten goldbraun braten.

4. Auf Teller mit Zitronenspalten und Gemüse als Dekoration anrichten und Servieren.

Tipp

Zu den gebratenen Dorschfilets Kartoffeln, Reis oder Gemüse reichen. Dazu Salate der Saison servieren.