Kabeljau im Parmesanmantel und Tomatennudeln

Der Kabeljau im Parmesanmantel und Tomatennudeln ist ein feines Fisch Gericht. Ein raffiniertes und köstliches Rezept das einfach gelingt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 40 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

400 g	Kabeljaufilets
200 g	Spiralnudeln
100 g	Parmesan
250 g	Tomaten (gewürfelt aus der Dose)
2 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Zwiebel
2 EL	Olivenöl
1 EL	Butter
1 EL	Thymian
2 Stk.	Eier
	Semmelbrösel
	Mehl
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für den **Kabeljau im Parmesanmantel und Tomatennudeln** zuerst die Panier vorbereiten. Dafür die Eier verquirlen und den fein gehackten Thymian und den geriebenen Parmesan zu den Eiern geben.

2. Das Olivenöl in einem kleinen Kochtopf erhitzen. Die Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln und andünsten, Butter hinzugeben. Die Tomaten dazu geben, mit Salz und Pfeffer würzen und zirka 20 Minuten einkochen lassen.

3. Die Kabeljaufilets mit Salz und Pfeffer würzen. In Mehl wenden, danach in das Ei Gemisch und abschließend in den Semmelbröseln wenden.

4. Die Spiralnudeln laut Packungsanweisung al dente kochen und abseihen und mit der Tomatensauce vermischen.

5. Etwas Olivenöl in einer Bratpfanne erhitzen und die Fischfilets beidseitig etwa 10 Minuten bei mittlerer Hitze knusprig braten. Die Kabeljaufilets zusammen mit den Nudeln auf einen Teller anrichten und genießen.

Tipp