Zartes Zanderfilet im Speckmantel

Dieses Rezept ist ebenso einfach wie raffiniert im Geschmack. Zartes Zanderfilet im Speckmantel eignet sich für festliche Anlässe, ist aber kinderleicht zuzubereiten.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

4 Stk.	Zanderfilets (ohne Haut und Gräten)
12 Scheiben	Speck
2 EL	Öl
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für zartes Zanderfilet im Speckmantel die küchenfertigen Zanderfilets in etwa handtellergroße Stücke schneiden und mit etwas Pfeffer würzen. Jedes Fischfilet mit Speck umwickeln.

2. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fischpäckchen darin bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten scharf anbraten. Wenden und weitere 3 Minuten braten. Wenn der Speck fest am Fisch haftet und sich nicht lösen lässt, herausnehmen und servieren.

Tipp

Besonders gut schmeckt zartes Zanderfilet im Speckmantel zu Risotto oder zu Spargel und Kartoffeln.