

Fischrezepte

Aal Gebraten In Bohnenkraut

Anzahl: 4 Portionen

Stichworte: Fischgerichte, Meeresfrüchte, Fisch, Kräuter

1 kg	Aal	2	Zitronen
	Salz	500 g	Kartoffeln, kleine, neue
2	Bd. Bohnenkraut	1/2	Bd. Petersilie
3 Essl.	Öl		

Aal mit groben Salz abreiben. Ausnehmen. Waschen und trocknen. Innen etwas salzen. Bohnenkraut waschen, putzen. Um den Aal wickeln. Mit Nähgarn befestigen. Kopf und Schwanz zusammenbinden. Öl in einer Pfanne erhitzen.

Aal auf beiden Seiten anbraten. Dann bei kleiner Hitze in gut 30 Minuten gar braten. Zwischendurch für 10 Minuten den Pfannendeckel drauflegen.

Nähgarn abmachen. Auf einer großen vorgewärmten Platte anrichten.

Mit Zitronenscheiben garnieren. In die Mitte kommen Petersilienkartoffeln.

Die kochen Sie bitte während der Aal gar wird. Schwenken Sie sie in gewaschener, gehackter Petersilie.

Beilagen: Tomaten- Gurkensalat.

Vorbereitung 30 Minuten - Zubereitung 35 Minuten