

Fischrezepte

Aal In Salbei Und Kartoffelperlen

Anzahl: 4 Personen - Gattung: Fisch, Aal, Fisch, Salbei, Gewürze

1 kg Frischen Aal, abgezogenen

FÜR DIE MARINADE

	Zitrone	36	große Salbeiblätter
1	Lorbeerblatt	1/2	Knoblauchknolle
	Salz und Pfeffer		Zitrone
4	Essl. Mehl	40	Kartoffelperlen; ca.
5	Essl. Pflanzenöl		- aus rohen Kartoffeln
100 g	Butter		- ausgestochen
500 g	Dicke Bohnen	1	Bund Petersilie

Den Aal filetieren und in ca. 4 cm große Stücke schneiden und marinieren. Die Knoblauchknolle in der Mitte durchschneiden und in eine heiße Pfanne mit Pflanzenöl geben. Die mehlierten Aalfilets dazugeben und scharf anbraten. Das heiße Öl abschütten. Butterflocken und gezupfte Salbeiblätter in die Pfanne geben und kross ausbraten.

Bohnenkerne über Nacht einweichen und in der Brühe etwa 2,5 Stunden kochen (alternativ gibt es auch gute Fertigprodukte). Die Bohnen mit Salz und Pfeffer und etwas Olivenöl, Knoblauch und Petersilie in einer Pfanne nachschwenken. Ebenfalls die gekochten Kartoffelperlen in Petersilienbutter schwenken.

Die Bohnen in die Mitte des Tellers geben, die Aalfilets mit den gebackenen Salbeiblättern bedecken und mit den Kartoffelperlen garnieren. Über den Fisch gebratene Butter und etwas Zitrone saucieren.