

# Aal Rezepte

## Gebratener Aal In Weißweinmarinade

Anzahl: 4 Personen

Gattung: Aal, Fisch, Süßwasser, Friaul, Nord Italien

---

|       |                  |           |                 |
|-------|------------------|-----------|-----------------|
| 750 g | Frischer Aal     | 2         | Selleriestangen |
|       | Salz und Pfeffer | 1/4 Liter | Weißwein        |
|       | Mehl zum Wenden  | 1/4 Liter | Weißweinessig   |
| 7     | Essl. Olivenöl   | 2         | Lorbeerblätter  |
| 2     | Zwiebeln         | 10        | Salbeiblätter   |
| 4     | Knoblauchzehen   | 10        | Pfefferkörner   |

---

1. Den Aal ausnehmen und häuten (am besten vom Fischhändler machen lassen). Den Fisch waschen, trockentupfen und in etwa 10 cm lange Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. In Mehl wenden, das überschüssige Mehl abklopfen. 4 El Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Aalstücke darin etwa 10 Minuten goldgelb braten. Aus der Pfanne nehmen und nebeneinander in eine Glas- oder Porzellanform legen.

2. Zwiebeln und Knoblauch schälen, Sellerie waschen. Alles in feine Streifen schneiden. 2 El Öl in einem Topf erhitzen und das Gemüse darin 15 Minuten dünsten. Wein, Essig, restliches Öl und die Gewürze hinzufügen, alles aufkochen.

3. Die Marinade heiß über den Aal gießen. Der Fisch soll vollständig mit der Flüssigkeit bedeckt sein. Abkühlen lassen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

4. Zum Servieren aus der Marinade nehmen, auf einer Platte anrichten und mit der Marinade beträufeln.

Dazu passt Ciabatta Weißbrot.