Rezept

Gebratene Scholle mit Krabbenbutter

Ein Rezept von Gebratene Scholle mit Krabbenbutter, am 12.10.2024

Zutaten

- **4** küchenfertige Schollen mit Haut (à etwa 400 g, ohne Kopf und Flossen)
- **2 EL** Buchweizenvollkornmehl
- **2** große Tomaten (250 g)
- **2 EL** Butter
- **4** Bio-Zitronenecken
- Meersalz (z.B. Fleur de Sel)
- schwarzer Pfeffer
- 6-8 Stängel glatte Petersilie
- **2 EL** Butterschmalz
- **250 g** Nordseekrabbenfleisch

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

Zubereitung

1. Die Schollen kalt abspülen und eventuell verbliebene Blutreste entfernen. Mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Fische von beiden Seiten mit Meersalz und Pfeffer würzen. Mit Buchweizenmehl bestäuben, überschüssiges Mehl leicht abklopfen.

2. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, abzupfen und grob hacken. Die Tomaten waschen, Stielansätze und Kerne entfernen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden.

3. Das Butterschmalz in zwei großen Pfannen erhitzen. Die Schollen darin bei mittlerer Hitze 3 Min. braten. Vorsichtig wenden und die zweite Seite in 3 Min. goldbraun braten. Herausheben und auf vorgewärmte Teller legen.

4. Eine Pfanne mit Küchenpapier ausreiben. Die Butter darin erhitzen und die Tomatenwürfel und Krabben kurz darin erwärmen. Die Petersilie einstreuen.

5. Die Krabbenbutter über die Schollen träufeln. Mit den Zitronenecken servieren. Als Beilage schmecken Pellkartoffeln oder Röstkartoffeln.