Rezept

Fisch in Kapernbutter mit Oliven

Ein Rezept von Fisch in Kapernbutter mit Oliven, am 22.05.2025

Zutaten

4	Fischfilets (je etwa 180 g; z. B. Rotbarsch, Seelachs, Seeteufel)
	Pfeffer, frisch gemahlen
2 EL	Kapern
40 g	Butter
2 EL	Zitronensaft
	Salz
2	Knoblauchzehen
1 EL	entsteinte grüne Oliven

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 280 kcal

Zubereitung

1. Die Fischfilets abspülen und trockentupfen. Mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Den Knoblauch schälen, mit den Kapern und den Oliven fein hacken. Die Filets in dieser Mischung wenden.

2. Die Butter in einer Pfanne aufschäumen und leicht bräunen. Die Fischfilets darin bei mittlerer Hitze auf jeder Seite etwa 2 Min. braten. Die restliche Kapernmischung in die Butter rühren. Die Filets auf vorgewärmten Tellern mit der Sauce servieren.