

Rezept

Gebratene Rotbarben

Ein Rezept von Gebratene Rotbarben, am 19.04.2024

Zutaten

8 kleine Rotbarben (jede etwa 100 g schwer)	4 EL Butter
2 Knoblauchzehen	Salz
Pfeffer aus der Mühle	2 EL Zitronensaft
8-10 Salbeiblättchen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 215 kcal

Zubereitung

1. Die Rotbarben schon beim Einkaufen schuppen und ausnehmen lassen. Zu Hause nochmal unter fließendem kaltem Wasser waschen und mit Küchenpapier abtrocknen.

2. In der größten Pfanne des Hauses die Butter zerlassen. Knoblauch schälen und fein hacken. Die flüssige Butter mit Salz und Pfeffer würzen, Zitronensaft, Knoblauch und die Salbeiblätter einrühren.

3. Die Fische in die heiße Würzbutter legen und bei mittlerer Hitze 4-5 Minuten braten. Vorsichtig wenden, nochmal 5 Minuten von der anderen Seite braten. Frisch aus der Pfanne essen.