

Gebratener Bergwels auf Gemüse

(Dauer ca. 20min)



mosers
BERGWELS

Zutaten

- Welsfilet (ca. 200g pro Person)
- Saisonales Gemüse z.B.: Paprika, Zucchini, Champions, ...
- Öl
- Gewürze: Salz, Pfeffer, Rosmarin, Dill
- Zitrone

Zubereitung

1. Gemüse waschen und schneiden.
2. Danach mit Öl in der Pfanne anbraten.
3. Nach Belieben würzen.
4. Welsfilet vierteln und mit Pfeffer, Salz und etwas Zitronensaft würzen.
5. Anschließend mit Rosmarin und Dill in der Pfanne braten.
6. Anrichten und genießen.

Wir wünschen viel Spaß beim Nachkochen!
Weitere Rezepte gibt's auf unserer Homepage.

Bergwels
Rezept Tipp