

Blackened Fish mit Buttersauce bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

4 Fischfilets, 140 gr zerlassene Butter, 0,5 Teelöffel Salz, 1 Esslöffel Paprikapulver, 1 Teelöffel Zwiebelpulver, 1 Teelöffel Knoblauchpulver, 1 Teelöffel getrockneter Thymian, 1 Teelöffel getrockneter Oregano, 0,5 Teelöffel schwarzer Pfeffer, 1 Teelöffel Cayennepfeffer, 100 gr zerlassene Butter, 1 Esslöffel Zitronensaft, 1 Frühlingszwiebel, 1 Prise Cayennepfeffer.

Die Vorbereitungen:

Eine Pfanne erhitzen, 100 gr zerlassene Butter, Zitronensaft, die feingehackte Frühlingszwiebel und eine Prise Cayennepfeffer und eine Prise Salz zur Buttersauce verrühren. Alle anderen Zutaten außer den Fischfilets und der restlichen Butter mischen (ggf. im Mörser noch etwas zerkleinern), die Filets (nicht dicker als 2 cm) in der flüssigen Butter wenden und auf beiden Seiten mit der Gewürzmischung bestreuen.

Die Zubereitung:

Je 2 Filets in der SEHR (wirklich SEHR) heißen Pfanne legen und von jeder Seite 2 Minuten braten, bis die Gewürze verkohlt sind. Im Backofen warm stellen, bis alle Filets fertig sind. Die warme Buttersauce über die Filets geben und sofort servieren.

Guten Appetit!