

Chefkoch Claudio Clarke empfiehlt:

# Sautierte Eglifilets mit Steinpilzen



mehr Kochtipps:

[erf-medien.ch/koch Tipp](https://erf-medien.ch/koch Tipp)

(c) 123rf

## Zubereitung

1. Steinpilze mit einem Tuch abreiben und in gleichmässige Scheiben schneiden
2. Schalotten und Knoblauch fein hacken
3. Schnittlauch fein schneiden
4. Eglifilets mit Zitronensaft marinieren und mit Salz und Pfeffer würzen
5. Fischfilets bemehlen, überschüssiges Mehl abklopfen
6. Im Sonnenblumenöl beidseitig goldgelb sautieren
7. Fischfilets auf Küchenpapier entfetten
8. Steinpilze unter Farbgebung mit Schalotten und Knoblauch in Butter sautieren und abschmecken
9. Eglifilets fächerförmig anrichten
10. Sautierte Steinpilze über die Filets verteilen
11. Mit Schnittlauch bestreuen

## Zutaten

520 g	Eglifilets, ohne Haut
30 g	Zitronensaft, frisch
	Salz
	Pfeffer, weiss, aus der Mühle
20 g	Weissmehl
40 g	Sonnenblumenöl
160 g	Steinpilze, frisch, gerüstet
20 g	Schalotten, geschält
1 g	Knoblauch, geschält
20 g	Butter
10 g	Schnittlauch, frisch