

WIENER SEEZUNGENFILETS

NR	MENGE	ZUTAT	ZUBEREITUNG
1	8	Seezungenfilets	Unter fließend kaltem Wasser waschen, trocken tupfen, mit Milch beträufeln, salzen und pfeffern.
2	Alle	Seezungenfilets	In Mehl wenden.
3	2 EL	Speiseöl	Zusammen mit
4	50 g	Butter	In eine breite Pfanne geben und erhitzen.
5	Alle	Filets	Vorsichtig in das heiße Fett legen, von beiden Seiten goldbraun anbraten und auf eine Platte legen.
6	Alle	Filets	Von beiden Seiten mit Zitronensaft beträufeln.
7	50 g	Butter	Zerlassen und gleichmäßig über die Filets gießen. Dazu schmecken Butterkartoffeln und grüner Salat.