AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	25 Min.	ganzjährig	Italien

SEETEUFELFILETS MIT GETROCKNETEN PFLAUMEN



Rezept: Coopzeitung, 19. 8. 2013 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Der salzige Speck, die süsse Pflaume und der Meeresfisch ergänzen sich hervorragend. Im Paket trocknet der Fisch nicht aus.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

600 g	Seeteufel, Filets	200 g	Bratspeck
100 g	Backpflaumen	8 Zw	Rosmarin
			Grillgewürz

ZUBEREITUNG

1. Seeteufel in ca. 5 cm dicke Scheiben schneiden und mit Grillgewürz bestreuen.
2. Fisch und eine entsteinte Pflaume mit einer Tranche Speck umwickeln und einem Rosmarinzweig aufspiessen.
3. In der Bratpfanne im Olivenöl 6-8 Min. beidseitig anbraten.

TIPP: Im Backofen bei 220° C 15 Min. grillieren, nach der Hälfte wenden.