



Goldbarschfilet mit Steinpilz-Tagliatelle

1. Salzwasser für Nudeln aufsetzen.
2. Nebenbei das Goldbarschfilet waschen, trockentupfen und mit einer halben Zitrone säuern. Die andere Zitronenhälfte zur Dekoration in halbe Scheiben schneiden.
3. Siebenerlei in etwas Öl anbraten, fein geschnittene Steinpilze mit andünsten, leicht mehlieren, mit Sahne ablöschen, kurz aufkochen, den Weißwein dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, leicht ziehen lassen.
4. In einem Topf in Öl die Zwiebeln andünsten, den Spinat dazugeben, leicht köcheln lassen, mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen.
5. Das Goldbarschfilet salzen, mehlieren. Öl und Butter in eine heiße Pfanne geben und das Goldbarschfilet langsam braten.
6. Die Tagliatelle im Salzwasser gar kochen (6-7 Minuten), abgießen, kurz in der Steinpilzsauce wenden, auf einem Teller mit dem Spinat anrichten, Goldbarschfilet aus der Pfanne nehmen, zu der Tagliatelle geben und mit Schnittlauch und Zitronenhälften ausdekorieren.

Guten Appetit!

Zutaten für zwei Personen

2-3 Steinpilze feingeschnitten, 200g Tagliatelle, 1 TL Siebenerlei, 1 TL Mehl, 2 EL Sahne, 2 EL trockenen Weißwein, etwas Spinat (grob gehackt), 1 Zwiebel (feingewürfelt), Salz, Pfeffer, Muskat, etwas Öl

Für den Fisch: Pro Person ca 250g Goldbarschfilet, 1 Zitrone, Salz, etwas weißer Pfeffer, Schnittlauchröllchen

Unsere Markttermine:

Mittwoch	Hameln Salzhemmendorf	07.00 - 13.00 Uhr 08.00 - 13.00 Uhr
Donnerstag	Eschershausen Hameln EDEKA Lemkestr. Hameln Hofverkauf Uferstr. 76 / direkt am Campingplatz	08.00 - 13.00 Uhr 07.30 - 18.00 Uhr 15.00 - 18.00 Uhr
Freitag	Bodenwerder Springe	07.00 - 13.00 Uhr 07.00 - 13.00 Uhr
Samstag	Hameln	07.00 - 13.00 Uhr

Fisch Meyer GmbH

Uferstraße 76 | 31787 Hameln | Telefon 05151 679167 | E-Mail info@fisch-meyer.de