

Champlinsotto mit Fisch



200 g Linsen
2 EL Rapsöl
2 Fischfilets
1 Schalotte, fein gewürfelt
1 frische Knoblauchzehe, fein gewürfelt
250 g Champignons, fein gewürfelt
200 g Gemüsebrühe
Salz und Pfeffer nach Geschmack

ZUTATEN
2 PORTIONE

ZUBEREITUNG

EIN REZEPT AUS DEM KOCHBUCH ONTOP - DAS KOCHBUCH

Linsen im Topf in Salzwasser kochen

Rapsöl in einer großen Pfanne erhitzen, Fisch gut anbraten und zur Seite stellen, anschließend die Schalotte und Knoblauch glasig andünsten, Champignon und Linsen dazu geben und mit Gemüsebrühe ablöschen, alles für 10 Minuten kochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen

Fischfilets können paar Minuten vor Ende der Garzeit in die Pfanne gelegt werden um sie zu erhitzen

Champlinsotto mit dem Fischfilet anrichten

Lasst es Euch schmecken! Eure Mandy



Follow me
mandyhindenburg

