

Gebratene Matjes-Filets mit Zitronenbutter, Dillschmand

Für 4 Portionen

4 Port. Matjesfilets	100 g Butter	1 große Zitrone
1 Becher Schmand	1 Becher Joghurt	1 Bund Dill
Mehl	Butterschmalz	Salz, Pfeffer

Die Matjesfilets evtl. in Wasser oder Milch einlegen, falls sie zu salzig sind.

Zitronenschale abreiben und beiseite stellen. Von der Zitrone eine Scheibe abschneiden und in der zerlassenen Butter bei kleinster Hitze ca. 5 Minuten ziehen lassen.

Den Schmand mit dem Joghurt verrühren, salzen, pfeffern und den gehackten Dill dazugeben.

Die Matjesfilets abtrocknen, im Mehl wenden und im heißen Butterschmalz schnell von beiden Seiten braten, pro Seite ca. 30 Sekunden. Sie sollten leicht braun werden und innen warm sein.

Die Filets auf Tellern anrichten. Die Zitronenscheibe aus der flüssigen Butter nehmen und die abgeriebene Zitronenschale hineingeben, über den Filets verteilen.

Den Dillschmand dazu reichen.

Dazu passen sehr gut Röstkartoffeln oder ein Süßkartoffel-Gratin.

NN am 04. April 2024