



Zutaten

- 500 g Kabeljaufilet mit Haut, in vier Portionen geschnitten
- 2 EL Doppelgriffiges Mehl
- Salz, Pfeffer
- Öl zum Braten
- 2 EL Butter, Knoblauch, Rosmarin, Thymian

Hauptgang

Kabeljau auf der Haut gebraten

Entdecken Sie unser festliches Rezept für Kabeljau auf der Haut gebraten. Kochen Sie mit uns und genießen Sie ein köstliches Ostermenü! | Kochateliers

So wird's gemacht:

1. Den Kabeljau mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hautseite etwas mehlieren. Eine Pfanne vorheizen, etwas Öl hineingeben und den Fisch mit der Hautseite zuerst bei mittlerer Hitze braten, bis die Hautseite schön goldgelb und knusprig ist. Ein Backblech buttern und die Kräuter darauf verteilen. Nun den Fisch mit der ungebratenen Seite darauf geben und bei 160 ° C im Ofen bei Umluft für 6-10 Minuten (je nach Dicke des Filets) zu Ende garen.