



## Fisch Rezepte

---

### Rotaugen (Plötzen) gebraten

*(Zutaten für 4 Personen)*

4 Rotaugen à ca. 300 g

Salz, weißer Pfeffer

halbsüßes Paprikapulver

2 Knoblauchzehen

2 EL Zitronensaft

Olivenöl

### Zubereitung

1. Die Rotaugen mit einem Messer oder Fischschupper entschuppen und danach ausnehmen und gründlich waschen.
2. Nun die Fische schröpfen: dazu werden in den Fisch im Abstand von ca. 2-4 Millimetern senkrechte Schnitte gesetzt, ohne jedoch den Fisch komplett zu durchtrennen (nicht die Mittelgräte durchtrennen!). Dabei werden die *feinen* Fleischgräten durchtrennt.
3. Nun die Rotaugen von beiden Seiten mit Zitronensaft beträufeln.
4. Jetzt die Knoblauchzehen mit einem scharfen (Wiege-) Messer zerkleinern und die Rotaugen damit füllen.
5. Die Gewürze auf einem Teller vermischen und die Rotaugen darin wälzen.
6. Nun das Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen und die Rotaugen von beiden Seiten anbraten. Die Fische dabei nicht so oft wenden, da sie ansonsten zerfallen.
7. Sobald sich die Haut der Fische goldgelb und das Fleisch weiß färbt, sind sie gar.
8. Die Rotaugen auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen und z.B. mit Petersilienkartoffeln und grünem Salat anrichten.