

Gegrillter, marinierter Edelwels Bandnudeln mit Graumohnölpesto und Cocktailparadeiser

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 kg Waldviertler Edelwelsfilet
- Rapsöl
- Salz
- Fischkräutermischung bestehend aus Dill, Estragon, Thymian und Zitronenmelisse

- 500 g Bandnudeln
- ca 20 Stück Cocktailparadeiser
- 4 El Graumohnölpesto
- Salz, Pfeffer,
Petersilie,
etwas Parmesan
- Zitrone

Zubereitung:

Edelwelsfilet marinieren mit Rapsöl, Salz, Fischkräuter und einige Stunden ziehen lassen. Die Filets in Rapsöl langsam braten. Cocktailparadeiser in Rapsöl kurz anschwitzen, Graumohnölpesto dazugeben, würzen mit Salz, Pfeffer und Petersilie. Die gekochten Bandnudeln in die Pfanne geben und gut durchschwenken. Das Edelwelsfilet mit den Bandnudeln und Paradeisern auf dem Teller anrichten, mit Parmesan bestreuen und mit Zitrone und Kräuselpetersilie servieren.

Wir wünschen gutes Gelingen und guten Appetit!

Das Rezept stammt von der Mohnwirtin Rosemarie Neuwiesinger.