Nah&Frisch



Nah&Frisch Professional

Sommerliches Kabeljaufilet

Hauptspeise Fischgerichte Low Carb Schnelle Küche Sommer

Zubereitung **Schwierigkeit:** ●●●○○

Sommergemüse waschen, putzen und gegebenenfalls entkernen. Würfelig schneiden. Mit Öl und Rosmarin mischen, salzen pfeffern und in einer Pfanne garen.
Kabeljau mit Zitrone beträufeln und mit etwas Olivenöl bepinseln, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Grillpfanne goldbraun braten.
Gemüse auf den Tellern verteilen und den gegrillten Kabeljau darauf anrichten!

Zutaten

- 600 g Kabeljaufilet
- 1 Zitrone
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 400 g gemischtes Sommergemüse
- Rosmarin