



Renate Heinen, Vitis AG, Trittenheim

## Dorschfilet auf Lauchbett

Für 4 Personen

### Zutaten:

4 Dorschfilets  
2 EL Vitis-Traubenkernmehl  
Zitrone, Salz, rosa Pfeffer  
2 Stangen Lauch  
Kaltgepresstes Vitis-Traubenkernöl  
1 EL Vitis-Traubenkernsenf  
0,05 l Riesling trocken  
Salz, Pfeffer  
250 Gramm Vitis-Traubenkernnudeln

### Zubereitung:

Lauch längs halbieren, waschen und in fingerdicke Scheiben schneiden, in Kaltgepresstem Vitis-Traubenkernöl ca. 15 Minuten dünsten, würzen.

Nudeln kochen und vor dem Servieren in Butter schwenken.

Die Dorschfilets mit Zitrone beträufeln, salzen und in Vitis-Traubenkernmehl wenden, abklopfen (damit überschüssiges Mehl abfällt) und in Vitis-Traubenkernöl von jeder Seite 1 – 2 Minuten braten. Filets auf den Lauch legen, warm halten und eine Sauce bereiten aus Riesling, 1 EL Vitis-Traubenkernsenf und rosa Pfeffer. Über die Filets und den Lauch geben und mit den Nudeln servieren.