

# Flunder Filets mit grünem Pfeffer

---

Die Flunder Filets mit grünen Pfefferkörner sind Fischgericht mit einem zarten Geschmack mit einem angenehmen Aroma nach grünem Pfeffer. Einfach und schnell in der Zubereitung und mit wenig Zutaten hergerichtet.

Rezept Flunder Filets mit grünem Pfeffer

## Zutaten für 4 Personen:

450 gr. Flunder Filets  
1 dl trockener Weisswein  
15 gr. Mehl  
160 gr. Kirschtomaten  
Grüne Pfefferkörner  
Olivenöl extra vergine  
Salz

## Zubereitung:

Die Kirschtomaten mit ein wenig Olivenöl dünsten. Die abgespülten Flunder Filtes abtupfen und im Mehl wenden. In einer Antihaft Pfanne anbraten und mit dem Weisswein ablöschen.

Rezept Flunder Filets mit grünem Pfeffer

Kirschtomaten, Salz und grüne Pfefferkörner begeben.

Rezept Flunder Filets mit grünem Pfeffer

Für weitere 4-5 Minuten weiter köcheln unter Beigabe von etwas Wasser wenn notwendig.  
Anrichten und genießen.