

# Gebratene Grundeln

## Zutaten (für 4 Personen):

- 16 (à 20 cm) Grundeln
- Mehl
- 1 Zitrone
- Salz
- Zitronenpfeffer
- Butterschmalz

Grundeln entschuppen, ausnehmen (den Kopf nicht entfernen), mit kaltem Wasser abspülen und trocken tupfen. Etwas salzen und pfeffern. Die Fische in Mehl wenden, in eine heiße Pfanne mit Butterschmalz geben, 1 Spritzer Zitronensaft hinzufügen und 4-5 Minuten kross braten. Die Grundeln dabei mehrfach wenden.

Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Wer mag, kann die Fische am Kopf greifen und aus der Hand essen. Als Beilage passt Pfannengemüse.

Sendung/Quelle: Rute raus, der Spaß beginnt!

Sendetermin: 20.10.2024

Koch/Köchin: Heinz Galling

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)