

www.warmekueche.at

Einkaufsliste



Heilbutt in Sesamkruste mit Paprika-Papaya-Gemüse (4 Personen)

- 4 Heilbuttflets, grätenfrei
- 1 Dose Papayabällchen (im Supermarkt meist bei Wodka & Co im Getränkeregale zu finden!)
- 1 roter Paprika
- 1 gelber Paprika
- Butter
- Etwas Mehl zum Staubem
- Weißwein
- Sesamkörner
- 1 Tasse Schalotten
- Eine Chillischote (oder getrocknete Chiliringe)