

Fischrezepte

Ausgebackener Fisch

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Fischgerichte, Meeresfrüchte, Backen

Zutaten	
750 g Fischfilet (Schellfisch, Kabeljau, -Seelachs)	Zitronensaft Salz
Für den Teig	
100 g Weizenmehl	1 Essl. zerlassene Butter
1 Ei	Ausbackfett
Salz	(Speiseöl, Kokosfett oder
1/8 Liter Milch	-Schweineschmalz)

Fischfilet waschen, abtrocknen, mit Zitronensaft beträufeln, etwa 1/2 Std. stehenlassen, wieder abtrocknen, mit Salz bestreuen, in Portionsstücke schneiden.

Für den Teig Weizenmehl in eine Schüssel sieben, in die Mitte eine Vertiefung eindrücken. Ei mit Salz, Milch verschlagen, etwas davon in die Vertiefung geben, von der Mitte aus Eiermilch und Mehl verrühren, nach und nach die restliche Eiermilch, zerlassene Butter hinzugeben, darauf achten, dass keine Klumpen entstehen.

Die Filetstücke mit einer Gabel in den Teig tauchen, schwimmend in siedendem Ausbackfett braun und knusprig backen, abtropfen lassen.

Beigabe: Kartoffelsalat

Backzeit: Etwa 10 Minuten