

Rezept

BACCALÀ FRITTO

Ein Rezept von BACCALÀ FRITTO, am 06.05.2024

Zutaten

500 g Baccalà (Stockfisch; ¶eingesalzener Kabeljau)	2 Möhren
2 Zwiebeln	3 Stangen Staudensellerie
½ l trockener Weißwein	2 Lorbeerblätter
1 TL schwarze Pfefferkörner	2 Eier (M)
1 Bund Petersilie	1 EL Kapern (am besten in Salz eingelegt)
1 Sardellenfilet im Öl	1 ½ EL Zitronensaft
5 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer	100 ml Milch
2 gehäufte EL Mehl	¾ l Öl zum Frittieren

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal

Zubereitung

1. Den Fisch mit kaltem Wasser bedecken und 48 Std. quellen lassen, dabei das Wasser mehrmals wechseln.

2. Dann die Möhren und die Zwiebeln schälen, 2 Selleriestangen waschen und putzen. Das Gemüse und die Zwiebeln grob schneiden und mit 2 1/2 l Wasser und dem Weißwein zum Kochen bringen. Die Lorbeerblätter und Pfefferkörner dazugeben, den Fisch einlegen und bei halb aufgelegtem Deckel und schwacher Hitze ca. 45 Min. garen, bis er schön weich ist. Den Baccalà im Sud abkühlen lassen.

3. Inzwischen 1 Ei in ca. 10 Min. hart kochen, kalt abschrecken und ebenfalls abkühlen lassen. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Kapern in Salz abspülen. Petersilie mit den Kapern und dem Sardellenfilet sehr fein hacken. Ei schälen, das Eiweiß ablösen und sehr fein schneiden. Das Eigelb mit einer Gabel zerdrücken und mit ca. 1 EL Fischkochwasser und dem Zitronensaft verrühren. Das Öl nach und nach unterschlagen, bis eine cremige Sauce entsteht. Die Petersilienmischung und das Eiweiß einrühren und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Für den Frittierteig das übrige Ei mit der Milch und dem Mehl zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Baccalà aus dem Sud heben, von Haut und allen Gräten befreien und in mundgerechte Stücke teilen – oft zerfällt er dabei ein bisschen, aber das macht nichts.

6. Das Öl zum Frittieren in einem Topf sehr gut erhitzen. Die Fischstücke portionsweise in den Teig legen, mit einer Gabel herausfischen und im heißen Öl in 3–4 Min. knusprig frittieren. Frittierten Fisch mit dem Schaumlöffel herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen und frisch mit der Sauce und knusprigem Weißbrot servieren.