

Rezept

Backfisch mit Remoulade

Ein Rezept von Backfisch mit Remoulade, am 30.09.2023

Zutaten

| | |
|---------------------------------------|---|
| 100 g Mayonnaise | 50 g Joghurt |
| 1 TL Senf | 1 Msp. Sardellenpaste |
| 1 TL Kapern | 1 Pfeffergürkchen |
| je 1 TL gehackter Kerbel und Estragon | 700 g Fischfilet (z. B. Rotbarsch oder Kabeljau) |
| Salz | Pfeffer |
| 1 Ei (Größe L) | 3-4 EL Mehl |
| 100 g Semmelbrösel | je 4 EL Butterschmalz und Öl |
| Zitronenviertel zum Beträufeln | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 640 kcal

Zubereitung

1. Für die Remoulade Mayonnaise, Joghurt, Senf und Sardellenpaste verrühren. Kapern und Gürkchen fein hacken, mit Kerbel und Estragon untermischen. Kalt stellen.

2. Die Fischfilets kalt abwaschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Das Ei in einem tiefen Teller mit ein paar Tropfen Wasser verquirlen. Auf zwei weiteren Tellern Mehl und Semmelbrösel bereitstellen.

3. In einer großen Pfanne Butterschmalz und Öl erhitzen. Die Fischfilets erst im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen, dann im Ei, zuletzt in den Bröseln wenden. Ins heiße Fett legen und bei mittlerer Hitze (das Fett soll nur leise brutzeln) auf jeder Seite ca. 5 Min. goldbraun braten. Die Fischfilets aus der Pfanne heben, abtropfen lassen und mit der Remoulade und Zitronenvierteln servieren.