

## Rezept

# Barsch im Bierteig

Ein Rezept von Barsch im Bierteig, am 26.04.2024

## Zutaten

<b>1</b> Bio-Zitrone	<b>1</b> Bio-Orange
<b>4</b> Barschfilets (à ca. 200 g)	<b>2</b> Eier
<b>230 g</b> Mehl (Type 405)	<b>180 ml</b> helles Bier
Salz	Pfeffer
<b>200 ml</b> Öl	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 410 kcal, 9 g F, 44 g EW, 33 g KH

## Zubereitung

1. Zitrone und Orange heiß waschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben. Früchte halbieren und den Saft auspressen. Die Fischfilets auf Gräten untersuchen, diese ggf. entfernen. Die Filets trocken tupfen und in eine flache Schale legen. Mit Zitrusafts beträufeln und mit Schale bestreuen. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 30 Min. marinieren.
2. Die Eier trennen und die Eiweiße zugedeckt kalt stellen. Die Eigelbe mit 200 g Mehl, Bier, Salz und Pfeffer mit einem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren und diesen ca. 30 Min. ruhen lassen. Die Eiweiße steif schlagen und unter den Teig heben.
3. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Fischfilets aus der Marinade nehmen, die Flüssigkeit abstreifen. Die Filets mit übrigem Mehl (30 g) bestäuben und durch den Teig ziehen. Bei mittlerer Hitze 3-4 Min. im Öl backen, wenden und auf der zweiten Seite ebenfalls 3-4 Min. backen. Mit Blattsalat und Remoulade servieren.