

Rezept

Fish & Chips mit Gurkenremoulade

Ein Rezept von Fish & Chips mit Gurkenremoulade, am 01.05.2024

Zutaten

150 g TK-Kartoffelwedges	½ Packung TK-Backfisch-Nuggets (ca. 1222 g)
1 Mini-Gurke	¼ Glas Mixed Pickles (ca. 330 g)
2 EL Salatmayonnaise	2 EL Joghurt (3,5 % Fett)
1 TL Ahornsirup	3 Msp. Currypulver
Salz	Pfeffer
3 Stängel Dill	

Rezeptinfos

Portionsgröße 1 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 570 kcal, 13 g F, 20 g EW, 40 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die TK-Potato-Wedges nebeneinander darauf verteilen. Im heißen Ofen (Mitte) ca. 10 Min. garen.
2. Das Blech herausnehmen und die Ofentemperatur auf 220° erhöhen. Die Potato Wedges wenden, die gefrorenen Fischnuggets daneben verteilen und das Blech wieder in den heißen Ofen (Mitte) schieben. Weitere 12-15 Min. garen, dabei die Nuggets nach der Hälfte der Zeit einmal wenden.
3. Inzwischen die Gurke putzen, schälen und längs in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben der Länge nach in 5 mm dicke Streifen, dann diese in kleine Würfel schneiden. Aus den Mixed Pickles ein paar Möhren, ein Gürkchen, 2 Silberzwiebeln und etwas Blumenkohl fischen (40-50 g) und diese Gemüse fein hacken. Mit den Gurkenwürfelchen, Mayonnaise, Joghurt und Ahornsirup verrühren. Das Ganze mit Currypulver, Salz und Pfeffer würzen. Falls gewünscht, die Remoulade noch etwas süß-säuerlich mit etwas Pickles-Einlegesud abschmecken. Den Dill waschen, trocken schütteln und unterrühren.
4. Fischnuggets und Potato Wedges aus dem Ofen nehmen und auf einen Teller geben. Die Remoulade in ein Schälchen füllen und zum Dippen dazu servieren.