

Rezept

Nacho-Fisch mit Salsa

Ein Rezept von Nacho-Fisch mit Salsa, am 17.04.2024

Zutaten

2 Tomaten	2 Frühlingszwiebeln
8 Stängel Koriandergrün	1 TL frisch gepresster Limettensaft
¼ TL Zucker (möglichst brauner)	4 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer
je 1-2 Msp. Chilipulver und gemahlener Kreuzkümmel	80 g Chili-Nachos (mexikanische Maischips)
1 EL Milch	1 Ei
1 Stück Seelachsfilet (ca. 200 g)	3 EL Mehl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Person | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 730 kcal

Zubereitung

1. Tomaten waschen und klein würfeln, dabei die Stielansätze entfernen. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und samt Grün in feine Ringe schneiden. Koriandergrün waschen und trocken schütteln, die Blättchen fein hacken. Alles mit Limettensaft, Zucker und 1-2 EL Öl mischen. Die Salsa mit Salz, Pfeffer, Chilipulver und Kreuzkümmel pikant abschmecken.
2. Chips in einen Plastikgefrierbeutel füllen, nicht zu fein zerbröseln und auf einen Teller geben. Das Ei in einen tiefen Teller aufschlagen, Milch zugeben und mit dem Schneebesen verquirlen, salzen und pfeffern. Das Mehl in einen tiefen Teller geben.
3. Das Fischfilet trocken tupfen, salzen und pfeffern. Erst in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen, dann durch das Ei ziehen, in den Chips wenden, dabei die Krümel fest andrücken. 2 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, den Fisch darin bei mittlerer Hitze beidseitig je 2-3 Min. braten. Mit der Salsa servieren.