

Rezept

Renke im Bierteig

Ein Rezept von Renke im Bierteig, am 06.05.2024

Zutaten

1 Bio-Zitrone	1 Bio-Orange
8 Renkenfilets (je 100 g, ohne Haut)	1 Ei
180 ml helles Bier	150 g Mehl
1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer
1 Prise frisch geriebene Muskatnuss	3 EL Butter
2 EL Öl	

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 565 kcal

Zubereitung

1. Zitrone und Orange waschen, abtrocknen und die Schale fein abreiben, Saft auspressen. Fischfilets in eine flache Schüssel geben und mit dem Zitrusaft beträufeln, die Zitruschale dazugeben. Die Filets mindestens 30 Min. im Kühlschrank marinieren lassen.
2. Das Ei trennen. In einer Schüssel das Bier (hier am besten kein Pils nehmen, das macht den Teig bitter), 130 g Mehl, das Eigelb, Salz, Pfeffer und Muskat mit einer Gabel zu einem glatten Teig verquirlen. 1 EL Butter schmelzen und langsam einlaufen lassen. Das Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unterheben.
3. In zwei großen beschichteten Pfannen übrige Butter und Öl erhitzen. Filets aus der Marinade nehmen, überschüssige Flüssigkeit abstreifen. Nun die Filets mit dem restlichen Mehl bestäuben, durch den Bierteig ziehen und in die Pfannen geben. Bei geringer bis mittlerer Hitze in 6 - 8 Min. langsam goldgelb ausbacken, dabei einmal wenden.