

MEERÄSCHE GEFÜLLT UND FRITTIERT

Ein köstliches Fischrezept, schmackhaft und knusprig, zum zu Hause probieren – Verwöhnen Sie ihre Gäste mit der Finesse eines wahren Chefkochs

Zutaten

4 Meeräschen/rote Meerbarben
300g gewässerter Klippfisch
2 Eiweiss
Paniermehl nach Bedarf
Ei für die Panade nach Bedarf
Öl zum Frittieren nach Bedarf
Mehl Type 405 nach Bedarf
5 Lauchzwiebeln
1 Liter Gemüsebrühe
1 Kartoffel
200 g Stracciatella di burrata (das cremige Herz vom Burrata Mozzarella)

Die Meeräschen filettieren und sorgfältig mit einer Pinzette entgräten.

Für die Füllung die Kabeljaufilets mit dem Eiweiss mixen und in einen Spritzbeutel füllen.

Die Meeräschenfilets mit der Hautseite nach unten auf Klarsichtfolie ausbreiten und mit Hilfe des Spritzbeutels auf vier Filets eine Schicht der Klippfischcreme auftragen, die ungefüllten Filets darauf legen und mit der Frischhaltefolie zu einem Zylinder rollen.

Für ca. 4 Stunden im Gefrierfach aufbewahren.

Danach die gefüllten Filets zuerst in Mehl, dann in Ei und zu letzt in Paniermehl wenden, dabei auf eine gleichmässige Panade achten, und im 175° heissen Öl frittieren.

Für die Sosse in einem Topf in 1 Liter Gemüsebrühe Lauchzwiebeln und die fein gewürfelte Kartoffel gar kochen. Mit Salz abschmecken und pürieren.

Zum Anrichten zuerst die Lauchcreme auf den Teller geben, darauf die frittierte Meeräsche legen und abschliessend mit einem Löffel Straciatella dekorieren.