

Juni 2016

Fischknusperli an Radieschen-Dipp

Rezept für 4 Personen als Hauptgericht , für 6 Personen als Snack

VORBEREITUNGEN:

► Radieschendipp kann einige Stunden im Voraus zubereitet werden, kühlstellen.

FISCHE VORBEREITEN:

400g festfleischige Fischfilets, ohne Haut

in ca. 4-5cm Würfeln oder Stücken
mit Haushaltpapier trockentupfen

wenig Zitrone, Salz, Pfeffer

würzen

PANADE:

2 EL Mehl, in Suppenteller

1-2 Eier, 1-2 EL Rahm, Salz, Pfeffer, zerquirt

Ca. 100g Cornflakes nature, zermahlen
(am Besten im Plastikbeutel mit Wallholz)
in einem Suppenteller

die Fischstücke panieren: zuerst im Mehl
wenden, danach durchs Ei ziehen und zuletzt
in den Cornflakes wenden, gut andrücken, bis
zur Verwendung kühlstellen

ca. 2- 3 EL Bratfett

Fischstückchen darin knusprig braten, bis sie
golden sind (ca. 5 Min.), mit Haushaltpapier gut
abtupfen und evtl. warmstellen

DIPP- SAUCE:

200g Philadelphia nature

80g Mascarpone

1 EL weisser Balsamicoessig

2 EL feines Olivenöl

Ein Hauch abgeriebene Zitronenschale

1 EL gehackte Petersilie

1 EL feingeschnittener Schnittlauch

1 Knoblauchzehe, gepresst

alles sehr gut vermischen, falls die Masse zu fest
ist, 1-2 EL Milch oder Rahm zufügen

1 Bund Radiesli, feingewürfelt

1 grosse Tomate, nur festes Fleisch,
feingewürfelt

vorsichtig daruntermischen

wenig Salz und reichlich Pfeffer

abschmecken

SERVIEREN:

die Fischknusperli mit einem grünen Blattsalat und der Dippsauce servieren.