

Aletfisch paniert mit Frühlingsalat

Rezept von Anica Schmid, Restaurant Augarten, Rheinau

Zutaten (4 Pers.)

700g Alet / Döbel

2 rote Zwiebel, gehackt

2 Knoblauchzehen, gehackt

50g Mehl

50g Roggenbrot Paniermehl 

Zitronenabrieb von einer ½ Zitrone

1 Ei

Frische Kräuter Dill, Kerbel, Schnittlauch

Salz, Pfeffer, Chilipulver, nach belieben

Zubereitung

1. Alet entschuppen, filetieren (am besten vom Rücken starten).
2. Aletfilet in ca. 2 cm Würfel schneiden und ca. 1 Stunde im Gefrierfach anfrieren.
3. Aletwürfel durch den Fleischwolf (feine Scheibe) geben.
4. Mit den restlichen Zutaten vermischen, bis eine homogene Masse entsteht. Kurz im Kühlschrank ruhen lassen und anschliessend zu Pattys formen.
5. Mit der gewünschten Panade panieren, ausbacken und mit einem Frühlingsalat servieren.

