



Chevaine pané et salade printanière

Recette de Anica Schmid, Restaurant Augarten, Rheinau


Ingrédients (4 personnes)

700 g de chevaine

2 oignons rouges hachés

2 gousses d'ail hachées

50 g farine

50 g de chapelure de pain de seigle du Val Müstair  (Meierbeck)

Le zeste de ½ citron

1 œuf

Herbes fraîches aneth, cerfeuil, ciboulette

Sel, poivre, piment en poudre, selon le goût

Préparation

1. Détailler le chevaine en filets (le mieux est de commencer par l'arrière).
2. Découper les filets en cubes d'environ 2 cm et les mettre au congélateur pendant environ 1 heure.
3. Passer les cubes de poisson dans un hachoir à viande (disque fin).
4. Mélanger avec le reste des ingrédients jusqu'à obtention d'une masse homogène. Laisser reposer brièvement au réfrigérateur, puis former des galettes.
5. Rouler les galettes dans la chapelure, puis les faire frire.
6. Servir avec une salade printanière.

