

## Backfisch mit Kartoffelsalat

**Arbeitszeit:** 45 Minuten

**Schwierigkeitsgrad:** einfach

### Nährwerte pro Portion ca.

|               |                     |
|---------------|---------------------|
| Fett          | 16 g                |
| Kohlenhydrate | 69 g                |
| Eiweiß        | 45 g                |
| Brennwert     | 620 kcal / 2.600 kJ |

### Zutaten für 4 Portionen

#### *Fisch:*

- 1 Ei (Größe M)
- 100 g Mehl
- 50 g Speisestärke
- 150 ml helles Bier
- 0,5 TL Salz
- 800 g Fischfilet (z. B. Rotbarsch)
- 250 g Butaris Butterschmalz

#### *Salat:*

- 1 kg Kartoffeln
- 1 Schalotte
- 2 EL mittelscharfer Senf
- 2 EL flüssiger Honig
- 3 EL Wasser
- 3 EL Olivenöl
- 50 g Wildkräuter
- Salz
- Pfeffer

### Zubereitung:

#### *Schritt 1/5*

Für den Backfisch Ei trennen. Eigelb, Mehl, Speisestärke und Bier glatt rühren und ca. 15 Minuten quellen lassen.



## *Schritt 2/5*

Für den Salat die Kartoffeln waschen, halbieren und in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Die Wildkräuter waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen.

## *Schritt 3/5*

Für die Vinaigrette die Schalotte schälen und fein hacken. Schalotte, Senf, Honig und Wasser verrühren. Öl darunterschlagen, mit Salz und Pfeffer würzen.

## *Schritt 4/5*

Für den Fisch das Eiweiß mit Salz steif schlagen und unter den Bierteig heben. Fisch waschen, trocken tupfen, in ca. 8 Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Butaris Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Den Fisch portionsweise durch den Bierteig ziehen und im heißen Fett von jeder Seite ca. 4 Minuten goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und warmhalten.

## *Schritt 5/5*

Kartoffeln abgießen, noch warm mit der Vinaigrette und den Wildkräutern vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Kartoffelsalat zusammen mit dem Backfisch servieren.

Guten Appetit wünscht Butaris



Hinweis für die Redaktion:

Die Rezeptbilder und Rezepte sind urheberrechtlich geschützt. Der Abdruck der Bilder in gedruckten Presseerzeugnissen (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnissen im Internet ist ausschließlich in Kombination mit dem zugehörigen Rezept sowie bei Nennung der Quelle (Foto: © Butaris Butterschmalz) honorarfrei. Die Bilder und Rezepte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung der Bilder bzw. eine ausschnittweise Verwendung. Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf Butaris Butterschmalz (Nennung von Butaris Butterschmalz in der Zutatenliste) und/oder Packshot verwendet werden. Belege erbeten. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Bei Rückfragen wenden Sie sich gern per Mail an [butaris@adpublica.com](mailto:butaris@adpublica.com).