

## Fischfrikadellen mit Spargel-Kartoffelsalat

**Arbeitszeit:** 50 Minuten

**Wartezeit:** 25 Minuten

**Schwierigkeitsgrad:** mittel

### Nährwerte pro Portion ca.

Fett	30 g
Kohlenhydrate	60 g
Eiweiß	49 g
Brennwert	720 kcal / 3.020 kJ



### Zutaten 4 Portionen

#### *Spargel-Kartoffelsalat:*

800 g Kartoffeln  
500 g grüner Spargel  
150 g Radieschen  
2 Schalotten  
½ Bund Dill  
4 Stiele Petersilie  
1 TL Butaris Butterschmalz  
2 EL Sonnenblumenöl  
200 ml Gemüsebrühe  
6 EL Obstessig  
Salz, Pfeffer

#### *Frikadellen:*

400 g Kabeljaufilet  
400 g Lachsfilet  
1 EL Zitronensaft  
12 EL Paniermehl  
4 EL Mehl  
1 Eiweiß (Größe M)  
100 g Butaris Butterschmalz  
Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

### *Schritt 1/4*

Für den Spargel-Kartoffelsalat Kartoffeln in kochendem Wasser ca. 20 Minuten garkochen. Spargel waschen und holzige Enden abschneiden. Spargelstangen in Stücke schneiden. Radieschen waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Schalotten schälen und fein würfeln. Kräuter waschen, trocken schütteln. Dillfähnchen von den Stielen, bis auf etwas zum Garnieren, zupfen und fein schneiden. Petersilienblättchen von den Stielen zupfen und hacken

### *Schritt 2/4*

Spargel in kochendem Salzwasser ca. 4 Minuten garen. Kartoffeln abgießen, kalt abschrecken, pellen und in Scheiben schneiden. Butaris Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Schalotten andünsten. Mit Brühe ablöschen, mit Essig, Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln dazugeben und in der Brühe vorsichtig schwenken. Mit Kräutern würzen. Spargel und Radieschen dazugeben und unterheben.

### *Schritt 3/4*

Für die Fischfrikadellen Fisch waschen, trocken tupfen und fein würfeln. Fisch mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. 4 EL Paniermehl, Mehl, Eiweiß und Fischwürfel gründlich verrühren. Zu Frikadellen formen und in restlichem Paniermehl wenden. Butaris Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Fischfrikadellen darin ca. 5 Minuten unter Wenden braten.

### *Schritt 4/4*

Kartoffelsalat nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salat und Fischfrikadellen anrichten und mit Dill garnieren.

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).