

ZUTATEN (4 PERS.)

600 g Forellenfilet ohne Haut
1 Zitrone
1 Zwiebel
600 g Kartoffeln, festkochend
2 Stangen Staudensellerie
200 g Erbsen, frisch oder TK
350 ml Gemüsebrühe
150 g Creme fraîche
1 Kästchen Kresse
300 ml Veltins Pilsener
1 Ei
150 g Mehl
100 g Maisgrieß
2 EL Maisstärke
1 Bund Schnittlauch

Rezept: Benartha Möllmann | Foto: Dorothée Köppl | thethermedia | Rezeptkategorie: (Ba)thermedia



Ein Rezept der Brauerei C. & A. Veltins

Forellenfilet im Pilsenen Mantel auf Erbsen-Kartoffelragout

ZUBEREITUNG

- Die Fischfilets waschen, trocken tupfen, mit dem Zitronensaft beträufeln und 30 Minuten zugedeckt ziehen lassen
- Schnittlauch in Röllchen schneiden Zwiebel würfeln, Kartoffeln schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden
- Zwiebelwürfel in Butter glasig andünsten, Kartoffelwürfel dazugeben und Brühe angießen, aufkochen und ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen
- Selleriestangen in feine Scheiben schneiden und mit den Erbsen und der Crème fraîche einrühren
- Weitere 5 Minuten köcheln lassen und dabei ab und zu umrühren
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Kresse unterheben
- Das Frittierfett auf 180° erhitzen
- Pilsener mit Mehl, Maisgrieß, Maisstärke, Ei und Schnittlauchröllchen zu einem zähflüssigen Teig verrühren
- Fischfilets salzen, nacheinander in dem Bierteig wenden und im heißen Fett 10 Minuten frittieren
- Während des Frittierens die Filets nur einmal wenden
- Die frittierten Filets aus dem heißen Fett heben, auf Haushaltspapier abtropfen lassen und auf dem Ragout anrichten

TIPP

- Kann man auch in der Pfanne braten: Dafür 4-6 EL Fett erhitzen und die Filets von jeder Seite ca. 4 Minuten braten

