HAUPTGANG

FISCHKNUSPERLI MIT SALZKARTOFFELN UND SPINAT

★★★★★ (60)

CA. 1 H 15 MINUTEN
FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN

Hilfsmittel: Thermometer, zum Frittierend

Salzkartoffeln

1 kg	festkochende Kartoffeln
1 l	Salzwasser
1-2 EL	Butter
½ Bund	glatte Petersilie, fein gehackt

Spinat

1 EL	Rapsöl
1	Zwiebel, fein gehackt
500 g	Blattspinat
2 dl	Saucen-Halbrahm
etwas	Salz & Pfeffer

Fischknusperli

200 g	Mehl
½ TL	Backpulver
1 ½ TL	Salz
2,5 dl	Bier
1 EL	Rapsöl
800 g	Fischfilets z.B. Egli oder Felchen, ohne Haut
etwas	Salz & Pfeffer
1-2 l	HOLL-Rapsöl, zum Frittieren

Zum Servieren

ZUBEREITUNG

1. Zubereitung Salzkartoffeln:
Die Kartoffeln schälen, längs vierteln und in kochendes Salzwasser geben. Bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten weichkochen. Kartoffeln abtropfen, zurück in die Pfanne geben und mit Butter und Petersilie vermengen.

2. Zubereitung Spinat:
Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel zugeben und ca. 2 Minuten andämpfen. Den Spinat waschen und nass in die Pfanne geben. Zugedeckt etwa 2 Minuten zusammenfallen lassen. Den Deckel entfernen, Rahm zugeben und ca. 5 Minuten fertig dämpfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Zubereitung Fischknusperli:
Das Mehl mit dem Backpulver und dem Salz in einer Schüssel mischen. Das Bier zugeben und verrühren bis ein gleichmässiger Teig entsteht. 30 Minuten zugedeckt quellen lassen.

4. Den Fisch trocken tupfen und beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen. Grosse Filets nach Belieben halbieren und falls vorhanden, Gräten entfernen.

5. Das Frittieröl in eine hohe Pfanne oder Fritteuse geben. Die Pfanne sollte ca. 1/3 mit Öl gefüllt sein. Das Öl auf 170° C erhitzen. Die Fischstücke durch den Bierteig ziehen und portionenweise im 170° C heissen Öl goldbraun ausbacken. Die Temperatur während des Frittierens immer wieder kontrollieren.

6. Die fertig gebackenen Fischknusperli mit einer Schaumkelle aus dem Öl heben. Auf Haushaltspapier abtropfen lassen. Bis zum Servieren im Ofen warmhalten.

TIPP

Statt Bier kann 2,5 dl Mineralwasser mit Kohlensäure verwendet werden.

1	Zitrone, in Schnitzen
etwas	Mayonnaise oder Tartar-Sauce