

Fisch-Frikadellen mit Remoulade und Kartoffel-Salat

Für zwei Personen

Für die Fischfrikadellen:

| | | |
|-------------------------------|-----------------------|-----------------|
| 400 g Seelachsfilet ohne Haut | $\frac{1}{2}$ Zwiebel | 1 Knoblauchzehe |
| $\frac{1}{2}$ Zitrone | 2 Eier | 75 g Panko |
| 2 Zweige Petersilie | Rapsöl | Salz, Pfeffer |

Für die Remoulade:

| | | |
|---------------------|---------------|-----------------------|
| 3 Eier | 100 ml Rapsöl | $\frac{1}{2}$ Zwiebel |
| 3-4 Kapern | 4 Cornichons | 1 EL Senf |
| 2 Zweige Petersilie | Salz | Pfeffer |

Für den Kartoffelsalat:

| | | |
|---------------------------------|------------------------|----------------------------|
| 500 g kl. festk. Kartoffeln | 75 g gewürfelter Speck | $\frac{1}{2}$ rote Zwiebel |
| $\frac{1}{2}$ säuerlicher Apfel | 100 g Joghurt | Salz, Pfeffer |

Für die Fischfrikadellen:

Den Fisch waschen, trockentupfen und in kleinere Stücke schneiden, so dass er einfacher durch den Fleischwolf passt. Zitronensaft auspressen.

Fisch mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein schneiden. Petersilienblätter abzupfen und mit Fisch, Knoblauch und Zwiebel durch den Fleischwolf geben. Die Masse mit Eiern und 50 g Pankomehl zu einer homogenen Masse vermengen.

Anschließend zu kleinen Frikadellen formen und mit übrigem Pankomehl panieren. In einer erhitzten Pfanne mit Öl die Frikadellen krossbraten.

Für die Remoulade:

Zwei Eigelbe mit Senf vequireln. Anschließend langsam das Öl einfließen lassen und dabei mit dem Stabmixer mixen, bis eine homogene feste Masse entsteht. 50 g der Mayonnaise für den Kartoffelsalat beiseitelegen.

Cornichons klein schneiden. Das 3. Ei hart kochen, abkühlen lassen und klein schneiden.

Zwiebel abziehen, klein schneiden und mit den Kapern und Petersilienblättern fein hacken. Alles zusammen mit dem Ei und Cornichons in die Mayonnaise geben. Remoulade mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Kartoffelsalat:

Kartoffeln in einem Topf mit Wasser und einer Prise Salz garkochen.

Anschließend mit kaltem Wasser abschrecken, schälen und in Scheiben schneiden.

Zwiebel abziehen und klein schneiden. Mit Speck in einer Pfanne in Öl kross braten, anschließend auf ein Küchenpapier legen und das überschüssige Fett abtropfen lassen.

Apfel schälen und in kleine Stücke schneiden.

Für das Dressing die übrigen 50 g Mayonnaise und Joghurt miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alle Zutaten für den Kartoffelsalat vermengen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Lilly Rosentreter am 20. Juli 2023