

# Knusperfisch auf Gurken-Tomaten-Salat und Croûtons

## Für zwei Personen

300 g Kabeljaufilet	1 Salatgurke	200 g Cocktail-Tomaten
1 rote Zwiebel, klein	1 Schalotte	2 Knoblauchzehen
2 Zitronen	3 Zweige Blattpetersilie	2 Zweige Dill
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	5 Scheiben Toastbrot
150 g Joghurt	200 g saure Sahne	1 Ei
1 TL Schwarzkümmel	weißer Balsamicoessig	Zucker, Paniermehl
Butter, Butterschmalz	Salz, schwarzer Pfeffer	

Die Gurke schälen und in dünne Scheiben hobeln. Etwas Salz über die Gurken geben und ziehen lassen. Für die Panade den Schwarzkümmel, das Paniermehl und Salz und Pfeffer vermischen und in den Gefrierbeutel geben. Den Kabeljau waschen und trocken tupfen. Anschließend klein schneiden und in Mehl wenden. Das Ei verquirlen und den Fisch darin wenden. Den Fisch in den Gefrierbeutel geben und gut durchschütteln. Reichlich Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und den Fisch darin knusprig ausbacken. Die Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Die Schalotte abziehen und fein hacken. Die Tomaten halbieren und zusammen mit den Zwiebeln und zu den Gurken geben. Den Dill zupfen. Aus dem Joghurt, der sauren Sahne, dem Zitronensaft, etwas Salz, Pfeffer und dem Dill ein Dressing herstellen. Mit Balsamicoessig abschmecken und die Schalotte zugeben. Das Toastbrot in Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen. Butter in der Pfanne erhitzen und das Toastbrot zusammen mit dem Thymian, Rosmarin und dem Knoblauch in der Pfanne knusprig anbraten. Die Petersilie zupfen. Den Salat auf Tellern anrichten, den Fisch oben auf geben, mit den Croûtons und Petersilie garnieren und servieren.

Sandra Anna Christen am 12. Juni 2012