

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

## Karpfen – Karfiol - Chinakohl aus der Belétage

Rezept von Max Deuker – Küchenchef Belétage, Hotel Post am See



### Zutaten

Karpfen 2 – 2,5 kg  
Zitronen  
Griffiges Mehl zum mehlieren  
1 Karfiol  
Essiggurken  
Kapern  
Zwiebeln  
Mayonnaise  
Salz & Pfeffer

Für den Salat:

½ Chinakohl  
1 Zwiebel  
8 Essiggurkerln  
Walnussöl oder Öl zum Braten  
Salz und etwas Honig

### Zubereitung

Am besten einen Karpfen zwischen 2-2,5kg, filetieren und schröpfen (alle 5mm – 8mm einschneiden bis kurz vor die Haut)

20min vor dem Frittieren mit frischen Zitronensaft (pro Filet Saft ½ Zitrone) marinieren, vor dem Frittieren den Fisch Salzen und mit griffigem Mehl mehlieren.

Das Mehl muss in jeden Einschnitt vom Schröpfen gelangen, damit der Fisch schön knusprig wird.

### Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

1 Stück Karfiol im Ganzen weichkochen und zerstampfen, mit 1 EL gehackten Essiggurken, 1 TL gehackten Kapern, 3 EL Zwiebelwürfel, Zitronensaft 3-4EL Mayonnaise, Salz und Pfeffer zu einer Art Remouladensauce abschmecken.

Für den gebratenen Chinakohlsalat, ½ Chinakohl fein schneiden, 1St Zwiebel und 8St Essiggurkerl in Streifen schneiden.

Den geschnittenen Chinakohl in Walnussöl oder normalen Öl scharf anbraten, Zwiebel und Essiggurkerl Streifen dazu geben und mit braten. Mit Salz und etwas Honig abschmecken.