Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Interspot

Gebackenes Karpfenfilet mit hausgemachtem Erdäpfelsalat

Zutaten: Karpfen

1 kg Karpfenfilet geschröpft
Mehl griffig
2 Eier, etwas Sodawasser
Semmelbrösel
Salz, Pfeffer
Pflanzenöl zum Ausbacken

Zutaten: Erdäpfelsalat

1 kg Erdäpfel festkochend
2 Stk Zwiebel weiß
Salz, Pfeffer
Hesperidenessig
Zucker
Estragonsenf
Rindsuppe
Öl

Die Zubereitung des Erdäpfelsalates:

Für den Salat kochen wir die Erdäpfel mit der Schale in gesalzenem Wasser. Danach sofort das Kochwasser abgießen und die Erdäpfel überkühlen lassen.

INTERN

In der Zwischenzeit die Zwiebel in feine Würfel schneiden und in eine passende Schüssel für den Salat geben. Hinzu kommen Salz, Pfeffer, Estragonsenf, Hesperidenessig und Zucker.

Die Rindsuppe erwärmen, zu der Marinade geben und mit einem Schneebesen verrühren. Jetzt können die noch warmen Erdäpfel geschält und sofort in die noch heiße Marinade, in schöne Scheiben geschnitten werden.

Den Salat vorsichtig mischen und auf der Seite ziehen lassen.

Wenn die Erdäpfel die Marinade aufgenommen haben, etwas Öl beigeben und verrühren. Wer es deftiger mag, lässt das Öl weg und vermengt den Salat mit Mayonnaise.

Die Zubereitung des Karpfens:

Die Karpfenfilets in schöne Stücke a 100 Gramm schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Eier mit etwas Sodawasser gut verquirlen.

Die Karpfenfilet anschließend in griffigem Mehl, Ei und Semmelbrösel panieren

Eine Pfanne mit ausreichend Sonnenblumenöl zum Backen bereitstellen. Wenn das Öl heiß ist, die panierten Karpfenfilets schwimmend ausbacken bis sie goldbraun sind. Die Filets aus der Pfanne heben und auf einem Küchenkrepp abtropfen.

Den Karpfen auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit Petersilie und Zitrone garnieren.

INTERN