

Hier und heute



Pellkartoffeln mit knusprig paniertem Fisch, Remoulade und Endiviensalat

Pellkartoffeln mit paniertem Fisch, selbstgemachter Remoulade und Endiviensalat schmeckt wie ein Gericht aus der Kindheit. Sterneköchin Julia Komp verrät ihre Tipps zum besten Gelingen.

Rezept

Pellkartoffeln mit knusprig paniertem Fisch, Remoulade und Endiviensalat von Julia Komp, für ca. 4 Personen

Zutaten Pellkartoffeln

- 800 g rohe, gewaschene Drillinge
- 1,2 l Wasser
- 2 Lorbeerblätter
- 0,5 g Kümmel
- 20 g Salz

Zubereitung

Kartoffeln im kalten Wasser aufsetzen und 25 Minuten köcheln lassen.

Zutaten panierter Fisch

- 4 Stücke Fischfilets à 120 g, zum Beispiel Kabeljau, Scholle, Steinbutt
- 1 Ei
- 2 EL Mehl
- 2 EL Semmelbrösel oder Pankomehl
- 2 EL gehackte Nüsse, z.B. Haselnüsse, Mandeln, Pistazien
- 1 Schuss Milch
- Salz, Pfeffer
- Öl oder Butterschmalz zum Braten
- 1 Zitrone

Zubereitung

Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen. Mehl, Ei und Brösel getrennt in drei Schalen verteilen. Ei mit Salz und Pfeffer und etwas Milch verquirlen. Fischfilets zuerst im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen. Dann im Ei und zuletzt in den Nussbröseln wenden. Die Panierung mit den Händen leicht andrücken. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Fischfilets darin von allen Seiten 2-3 Minuten goldbraun und knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Mit Zitrone beträufeln.

Zutaten Dip/Remoulade

- 250 g körniger Frischkäse oder 250 g Mayonnaise
- 100 g Joghurt, 10 %
- 150 g eingelegte saure Gurken, fein gewürfelt
- 70 g Schalotten, fein gewürfelt
- 25 g Essigsud der eingelegten Gurken
- 15 g fein geschnittener Schnittlauch
- 2 g Salz
- etwas frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Hier und heute



Gurken, Schalotten und Schnittlauch fein würfeln. Frischkäse oder Mayonnaise mit Joghurt vermischen. Essigsud, fein geschnittene Gurken, Schalotten und Schnittlauch unterheben und mit Salz und frischem Pfeffer abschmecken.

Zutaten Salat & Dressing

- 1x Endiviensalat
- 50 ml Apfelessig
- 40 ml Haselnuss-, Walnussöl oder Traubenkernöl
- 2 Tomaten
- 1 Schalotte, fein geschnitten
- eine Hand vollfrische Kräuter aus dem Garten z.B. Petersilie, Schnittlauch, Kerbel
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Apfelessig mit Salz und Pfeffer sehr kräftig würzen und glattrühren, das Öl langsam emulgieren. Schalotten und gewürfelte Tomaten zugeben. Endiviensalat waschen, trockenschleudern und in dünne Streifen schneiden. Mit Dressing vermischen. Kräuter unterheben.