



Fisch im Bierteig

Rene empfiehlt ein österreichisches
Gericht

Zutaten für eine Person:

160g Fischfilet (Dorsch, Scholle, Seelachs)
Salz
Zitronensaft
1 Dotter
4 Esslöffel Mehl
6 Esslöffel Bier
1 Eiklar → Schnee
Pfeffer, Muskatnuss
Fett zum Herausbacken

Zubereitung:

1. Fischfilet salzen und mit Zitronensaft säuern.
2. Backteig: Dotter mit Mehl und Bier verschlagen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Eiklar zu festem Schnee schlagen und unter die Masse heben.
3. Fischfilet zuerst in etwas Mehl wenden, dann durch den Backteig ziehen. Den Fisch in heißem Fett goldgelb herausbacken.

Besonderes: Eigentlich ist das ein Weight watchers -Rezept, aber es schmeckt auch Leuten, die keine Gewichtsprobleme haben. Da Alkohol bei 78°C verdampft, ist im fertigen Gericht keiner mehr vorhanden.