

Fish'n'Chips



Sehr lecker

Vor kurzem habe ich ja schon ein schottisches Gericht zubereitet. Diesmal ein englisches, das aber das inoffizielle Nationalgericht des Vereinigten Königreichs ist. Und somit zur englischen und schottischen Küche gehört.

Da ich vor kurzem auch einige Gerichte in der Friteuse zubereitet habe, bietet sich dieses Gericht an, das ebenfalls in der Friteuse zubereitet wird und schnell zubereitet ist.

Ich musste jedoch vom Originalrezept für Fish'n'Chips etwas abweichen. Der verwendete Fisch wird normalerweise in Bierteig gegeben und dann frittiert. Ich hatte kein Bier vorrätig. Deswegen paniere ich den Fisch nur auf klassische Art. Und da das Ganze ja auch als Abendessen ausreichen soll, bereite ich gleich zwei Fischfilets zu.

Als Chips gibt es selbst zubereitete und frittierte Kartoffelstäbchen, die in England in einer etwas dickeren Variante als übliche Pommes frites zubereitet werden.

Mein Rat: Wenn beim Frittieren der Chips das Wasserdampfaufkommen merklich abnimmt oder fast ganz aufhört, dann sind die Chips gar.

Die panierten Seelachsfilets sind wirklich sehr lecker.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Seelachsfilets
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 3–4 EL Semmelbrösel
- 3–4 Kartoffeln
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Frittierzeit 5–6 Min.

Fett in der Friteuse auf 190 °C erhitzen

Kartoffeln schälen und in dicke Streifen schneiden. Für 3–4 Minuten in die Friteuse geben. Herausnehmen, abtropfen lassen und auf einen Teller geben. Salzen und warmstellen.

Auf jeweils einen kleinen Teller Mehl, Ei und Semmelbrösel geben. Ei verquirlen. Seelachsfilets auf ein Schneidebrett geben und jeweils auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Nacheinander erst mehlieren, dann durch das Ei ziehen und in den Semmelbröseln wenden. Für etwa 2 Minuten in die Friteuse geben. Herausnehmen, abtropfen lassen, zu den Chips geben und servieren.