

Frittierte Sardellen mit Aioli und Mangold-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für die Mangold-Kartoffeln:

250 g Kartoffeln	500 g Mangold	2 Knoblauchzehen
1 Zwiebel	2 EL Olivenöl	20 g Butter
Salz	Pfeffer	

Für die frittierten Sardellen:

300 g Sardellen	Mehl	Pflanzenöl
-----------------	------	------------

Für die Aioli:

1 Ei	2 Knoblauchzehen	1 Zitrone
$\frac{1}{2}$ TL Dijonsenf	1 Prise Zucker	250 ml Neutrales Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

2 Zweige glatte Petersilie

Für die Mangold-Kartoffeln:

Die Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Kartoffeln waschen, schälen, würfeln und in Salzwasser weichkochen.

Mangold waschen und vom Strunk befreien. Grüne Blätter grob hacken.

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einem zweiten Topf Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin glasig anschwitzen.

Knoblauch und Mangold hinzufügen. Mangold zusammenfallen lassen und für fünf Minuten dünsten. Kartoffeln abgießen und zum Mangold hinzugeben. Mit der Restwärme etwas anrösten lassen. Anschließend Butter dazugeben und mit einer Gabel Kartoffeln grob zerdrücken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die frittierten Sardellen:

Sardellen abwaschen, trockentupfen und leicht salzen. Danach im Mehl wälzen. In heißem Öl goldbraun frittieren und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Aioli:

Knoblauch abziehen, und mit dem Ei in einem Mixbecher pürieren.

Langsam das Öl hineinfließen lassen, bis die Aioli eine cremige Konsistenz hat. Zitrone waschen, halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Andere Hälfte vierteln und jeweils die Teller damit garnieren.

Senf und Zitronensaft unter Aioli mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Klein schneiden und zur Garnitur über Gericht geben.

Simon Skerlan am 14. Juli 2022