

Gebackenes Fischfilet in Pumpernickel mit Kartoffel-Salat

Für 4 Personen

800 g kleine Kartoffeln	1 Schalotte	200 ml Gemüsebrühe
3 EL Olivenöl	1 TL Senf	Weißweinessig
Salz	Pfeffer	800 g festes Fischfilet
2 Eier	200 g Pumpernickel	Mehl
Butterschmalz	75 g Feldsalat	4 Kirschtomaten

Kartoffeln gründlich waschen, zugedeckt in Wasser garen.

In der Zwischenzeit die Marinade vorbereiten. Dafür Schalotte schälen, sehr fein würfeln. Schalottenwürfel und Brühe aufkochen.

Die gekochten Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und abziehen. Kartoffeln in Scheiben schneiden.

Brühe übergießen. Öl, Senf, Essig, Salz und Pfeffer zugeben und alles vorsichtig, aber gründlich vermischen.

Eventuell noch vorhandene Gräten aus den Fischfilets sorgfältig entfernen. Die Fischfilets portionieren, kalt abspülen und gründlich trocken tupfen. Filets mit Salz und Pfeffer würzen.

Eier auf einem flachen Teller verquirlen.

Pumpernickel in Stücke brechen, in einen Mixer geben und kurz feinbröselig mixen. Pumpernickelbrösel auf dem Teller verteilen.

Die Filets im Mehl wenden, überschüssiges Mehl vorsichtig abklopfen. Fisch durch das Ei ziehen, etwas abtropfen lassen, dann in den Bröseln wenden. Sacht andrücken.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Die Fischfilets darin rundherum goldbraun braten.

Inzwischen Feldsalat verlesen, kalt waschen, gründlich abtropfen lassen oder trocken schleudern.

Die Filets aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.

Den Kartoffelsalat nochmals abschmecken, kurz vor dem Servieren den Feldsalat unterheben.

Salat und gebackene Fischfilets anrichten. Kirschtomaten waschen, trocken reiben, halbieren und als Garnitur anlegen.

Otto Koch am 11. Oktober 2018