

Italienische Fisch-Stäbchen mit Kräuter-Dip

Für zwei Personen

Für die Fischstäbchen:

6 Schollenfilets	100 g geröst. Piemonteser	Haselnüsse
2 Eier	100 g Butterschmalz	2 Zweige Kerbel
2 Zw. glatte Petersilie	100 g Semmelbrösel	50 g Mehl
Pink Salt Flakes	Salz	Pfeffer

Für den Kräuter-Dip:

10 Zweige glatte Petersilie	1 Sch. altbackenes Ciabatta	15 ml weißer Balsamico
2 EL Haselnussöl	Salz	Pfeffer

Für die Fischstäbchen:

Die Schollenfilets kalt abbrausen und mit Küchentrepp trockentupfen.

Kerbel und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen.

Blätter mit den Semmelbröseln und den Haselnüssen in einen Standmixer geben und fein mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eier aufschlagen und mit einem Stabmixer mixen.

3 tiefe Teller bereitstellen. Den ersten mit Mehl, den zweiten mit verquirltem Ei und den dritten mit der Haselnussmischung füllen. Die Schollenfilets nacheinander erst mehlieren, dann in der Eimischung und zuletzt in der Haselnussmischung wenden. Die panierten Fischstäbchen nebeneinander auf Backpapier legen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Fischstäbchen darin von jeder Seite ca. 3 Minuten braten bis sie gleichmäßig goldgelb sind. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Pink Salt Flakes würzen.

Für den Kräuter-Dip:

Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Die Blätter abzupfen und in einen Standmixer geben. Ciabatta in Würfel schneiden und mit dem Balsamico einweichen. Ciabatta ausdrücken und zu den Petersilienblättern geben. Alles fein mixen und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Cornelia Poletto am 14. Mai 2021