



Elbweiderind Rezepte

Zutaten für 4 Personen:

2 Karpfenfilets aus Sachsen
(praktisch grätenfrei)
1 Knoblauchzehe
1 rote Chili
Meersalz
Pflanzenöl

Dazu passt:

Pfannengemüse
Reis
Asiatische Soßen

17 Sächsischer Karpfen gebacken im Asia-Style

Den Karpfen in der Folie für 2 Stunden in einem kalten Wasserbad auftauen. Anschließend mit Küchenkrepp trockentupfen und in 4 Stücke schneiden.

Dann in reichlich Weizenmehl wenden - auch in die Schnittrillen hineingeben. Chili kleinschneiden, Knoblauchzehe nicht schälen - nur fest andrücken (bis es knackt). In eine große Pfanne so viel Pflanzenöl geben, dass die Karpfenfilets "schwimmen" können. Öl stark erhitzen, Knoblauch, Chili und Fisch hineingeben und ca. 3 bis 5 Minuten von jeder Seite backen bis eine goldgelbe Kruste entsteht. Dabei die Pfanne leicht schwenken.

Danach den Fisch kurz auf einen Teller mit Küchenkrepp geben und mit Meersalz bestreuen (nach persönlichem Geschmack).

Guten Appetit!



Hereford Elbweiderind
Gräditz