

Auf den Wochenmärkten in Hameln , Eschershausen, Bodenwerder, Springe, Aerzen, Emmerthal und Donnerstags im Hofverkauf der Frischfisch- und Spezialitätenlieferant!



Bratfisch auf verschiedene Art

Nicht selten werden wir von unseren Kunden gefragt, sollen wir den Fisch paniieren oder nicht?

Nun, das hängt bei mir ganz von den Zutaten ab.

Der Klassiker- **Bratfisch mit Kartoffelsalat**, keine Frage -egal ob Goldbarsch, Dorsch oder Seelachs- der wird richtig schön paniert. Erst mit Salz und Pfeffer gewürzt, dann durch das geschlagene Ei, in reichlich Paniermehl gewendet und mit etwas mehr Fett in der heißen Pfanne gebraten.

Panierter Bratfisch auch zu:

Salzkartoffeln und Gemüse, wie zum Beispiel Möhren, Kohlrabi oder Spargel.

Wenn es mal ganz schnell gehen soll:

Nudeln mit Bratfisch- ein Traum!!! Ob mit einer leckeren Tomatensoße, mit Pesto oder geschmelzten Tomaten, hierzu essen wir den Fisch natur gebraten.

Wie immer:

Das Fischfilet salzen, mit Zitrone säuern, mit etwas Salz und Pfeffer würzen und in das heiße Fett geben. Je nach Dicke des Filets je Seite 2-4 Minuten bei mittlerer Hitze braten.

Tipp:

Bei etwas weicheren Sorten wie Dorsch oder Schollenfilet, sollten die Fischstücke nicht zu groß sein.

Mit zwei Pfannenhebern gewendet, wird Ihnen der Fisch nicht auseinander fallen.

Wenn Sie nur in Butter braten, kann bei zu großer Hitze das Fett schnell schwarz werden. Öl mit Butter bleibt stabiler, auch Butterschmalz eignet sich sehr gut.