

Mini-Steckerlfisch mit Schnittlauchsauce

Kategorie: 03) Vorspeisen warm/Suppen

Vorbereitungszeit: 20 Min

Rezept Nr 385

Garzeiten: 3 Min.

Portionen: 4

Zutaten	Mengen	Bemerkungen	Links
Zitronensaft			
Butter		oder Olivenöl zum Braten	
Eigelb	2 Stück		
Sardinen	20 Stück	oder Sardellen	
Mehl			
Senf	1 TL	mittelscharf oder Dijon	
Olivenöl	0,1 Liter	oder Sonnenblumenöl	
Schnittlauch	3 EL		
Knoblauchzehe	1 Stück		

Zubereitung

1. Für die Sauce Eigelb und Senf vermischen. Wie für eine Mayonnaise langsam mit dem Öl verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Den Schnittlauch hacken und untermischen. Wer mag kann noch etwas Knoblauch fein reiben und dazugeben.
2. Sardellen müssen lediglich ausgenommen werden und können dann auf dünne Holzspießchen gesteckt werden. Leicht salzen, in etwas Mehl wenden und in Butter oder Olivenöl braten. Vor dem Servieren mit ein paar Umdrehungen aus der Pfeffermühle und etwas Zitronensaft würzen.
3. Bei Sardinen empfiehlt es sich, Kopf und Rückengräte zu entfernen. Dann die Filets salzen, auf der Hautseite mehlieren, zwischen die Filets den Holzspieß legen und die Filets wieder zusammenklappen. Aus optischen Gründen dann den Fischkopf ebenfalls in Mehl wenden und auch noch auf den Spieß stecken, damit ein kompletter Steckerlfisch entsteht. Dann die Sardellen braten und würzen.

Anrichten: Auf Salatblättern oder Rucola.

Mini-Steckerlfisch mit Schnittlauchsauce



Notizen
