

Edwin Brettchens Lieblingsgericht 2: Pannfisch und cremiger Gurkensalat

Zutaten:

Für den Pannfisch:

400 g Rotbarsch mit Haut und entgrätet
Pfeffer, Salz
etwas Mehl
1 EL Butterschmalz

Für den cremigen Gurkensalat:

1 Salatgurke
1 Becher Naturjoghurt
1 kleine Knoblauchzehe
0,5 TL Kerbel
0,5 TL Dill
Pfeffer, Salz
etwas Essig
ein Schuss neutrales Öl

Zubereitung:

Die Gurke waschen und mit dem Sparschäler gescheckt schälen – also die grüne Haut nur jede zweite Schälbahn abziehen. Dann feine Scheiben hobeln, einsalzen und zur Seite stellen. Den Knoblauch fein hacken und mit Joghurt, Gewürzen, Kräutern und Essig vermengen. Abschmecken und anschließend intensiv das Öl unterrühren. Kalt stellen. Nun den Fisch in große Stücke schneiden, würzen und in Mehl wenden. Pfanne mit Butterschmalz erhitzen und den Rotbarsch zunächst für 2 Minuten auf der Hautseite knusprig braten. Anschließend die Fischstücke für eine weitere Minute rundum anbraten. Der Fisch soll außen knusprig und innen noch glasig sein. Aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Derweil die eingesalzene Gurkenscheiben ausdrücken und mit dem vorbereiteten Joghurt vermengen. Den fertigen Gurkensalat und den Pannfisch anrichten und genießen. Das angegebene Rezept ist für zwei Personen und kann mengenmäßig natürlich angepasst werden. Zu dem leckeren Lieblingsgericht passen Bratkartoffeln, Salzkartoffeln oder einfach frisches Brot.