

Nur bei LandesWelle: Bei Bender brutzelt's

ALBOTH'S Fischstäbchen vom Lachs

Schritt 1:

400 g Lachsfilet ohne Haut in fingerdicke Streifen schneiden.

Schritt 2:

½ st Toastbrot Von die Rinde abschneiden und im Mixer zermahlen.

3 st Eier aufschlagen.

50 g Mehl Die Lachsstreifen erst in , Ei und zum Schluss in Toastbrösel panieren.

Schritt 3:

etwas Öl und Butter Eine Pfanne mit und erhitzen und darin die Fischstäbchen ausbacken.



Nur bei LandesWelle: Bei Bender brutzelt's

Der Profitipp von Claus Alboth:

Besser frischen als tiefgefrorenen Lachs verwenden.

Zum Panieren geriebenen Toast statt Semmelmehl verwenden, damit die Panade schön locker wird.

Viel Fett zum Anbraten benutzen, aber nicht zu heiß, damit die Panade schön knusprig wird.

Der Fisch soll in der Mitte noch leicht glasig sein.

„Bei Bender brutzelt's“ wird präsentiert von:
ALBOTH'S Restaurant im Kaisersaal, Erfurt – www.alboths.de



LandesWelle
THÜRINGEN