

## Kräuter-Fischstäbchen mit Zitronen-Mayonnaise

VORBEREITEN

20  
Min.

ZUBEREITEN

10  
Min.

NIVEAU



Salz, Pfeffer

Nordlichter, Fischliebhaber und alle, die es werden wollen, aufgepasst: Nach einem Bissen von diesen saftigen Knuspersticks kann der bärtige Käpt'n seine tiefgefrorenen Fischhappen mit Bröselkruste gerne selbst in seiner Kombüse brutzeln. In deiner Küche wird ab heute nur noch frisches Fischfilet mit Kräutern paniert und auf knackigen Salat gebettet. Dazu noch ein Klecks fruchtig-cremige Zitronen-Mayo und der Sommer kann kommen.

- 1 -

Für die Mayo alle gekühlten Zutaten rauslegen und auf Zimmertemperatur bringen.

- 2 -

Für die Fischstäbchen Kabeljaufilet in ca. 3 cm dicke, gleichmäßige Stücke schneiden. In einem Schälchen Ei mit Milch verquirlen. Mehl, Panko und Maggi Würz-Mix auf drei unterschiedliche Teller verteilen.

- 3 -

Fischstücke von allen Seiten erst in Mehl, dann in Ei, dann in Würz-Mix, erneut in Ei und zum Schluss in Panko wenden. Brösel dabei sanft mit den Fingerspitzen andrücken.

- 4 -

Pflanzenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und Fischstäbchen ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze von allen Seiten goldbraun braten. Dabei mehrmals wenden.

- 5 -

Für die Mayo Ei trennen, Zitrone halbieren. Schale einer Hälfte abreiben und Saft auspressen. Eigelb zusammen

### Zutaten für 2 Portionen

#### Für die Fischstäbchen

300 g Kabeljaufilet  
1 Esslöffel Mehl  
1 Ei  
1 Esslöffel Milch  
5 Esslöffel Panko  
50 ml Pflanzenöl  
3 Esslöffel Maggi Würz-Mix Kalbsschnitzel al Limone

#### Für die Zitronen-Mayo

1 Bio-Zitrone  
100 ml Pflanzenöl  
1 Ei  
1 Teelöffel Senf  
2 Zweig(e) Thymian  
1 Esslöffel Maggi Würz-Mix Kalbsschnitzel al Limone

#### Für den Salat

100 g Feldsalat  
100 g Radicchio  
5 Radieschen  
1 Schalotte  
2 Teelöffel Weißweinessig  
2 Esslöffel Olivenöl  
1 Teelöffel Honig  
1 Zitrone (ausgepresster Saft)

## Kräuter-Fischstäbchen mit Zitronen-Mayonnaise

mit Senf, etwas Zitronensaft und einem Schuss Öl in einen schmalen, hohen Mixbehälter geben.

- 6 -

Pürierstab mit einer Hand auf den Boden des Mixbehälters drücken. Auf höchster Stufe anstellen und am Boden des Behälters lassen, bis die Zutaten sich zu einer hellen, cremig-dicklichen Masse verbinden. Nach und nach restliches Öl dazugießen, dabei Pürierstab langsam nach oben ziehen.

- 7 -

Restlichen Würz-Mix (ca. 1 EL) und Zitronenabrieb mit 2 TL heißem Wasser verrühren und unter die Mayo rühren. Mit restlichem Zitronensaft und Thymian abschmecken.

- 8 -

Für den Salat Feldsalat und Radicchio putzen und zupfen. Radieschen waschen und in Scheiben schneiden.

- 9 -

Schalotte schälen und fein würfeln, Zitrone auspressen. Mit Essig, Öl und Honig zu einer Vinaigrette verrühren und mit dem Salat vermengen. Salat auf einer Platte anrichten und Fischstäbchen darauf setzen. Mit Mayo und restlicher Zitrone servieren.