

Rezept des Monats

Juni 2006

Fischfrikadellen mit Kräutermayonnaise

Auch zum Grillen hervorragend geeignet!

Für 4 Personen
800 gr. Fischhack
Salz, Pfeffer aus der Mühle
100 gr weiße Semmelbrösel
3 Frühlingszwiebeln gehackt
1 EL frischer Dill, 2 EL Petersilie, gehackt
100 gr geriebener Cheddar-Käse
1 Ei
Mehl zum Panieren

Kräutermayonnaise:
125 gr Mayonnaise (selbst gemacht oder Glas), alternativ Joghurt, Creme Fraiche und Mayonnaise zu jew. 1/3
1 EL Petersilie, 1 EL Schnittlauch, 2 TL Kapern aus dem Glas, gehackt
Salz, Pfeffer und Zitronensaft nach Geschmack

Die Zutaten für die Frikadellen gut durchmischen. In 8-10 Portionen teilen und Frikadellen formen. Auf einem Tablett mindestens 15 Minuten kaltstellen, bis sie fest sind.

Frikadellen in Mehl wenden, den Überschuss abschütteln.
Von jeder Seite 3-4 Minuten braten (oder grillen) bis sie braun und gar sind.

Für die Kräutermayonnaise die Zutaten gut verrühren