



RESHOOT Fischburger mit saftigem Seehecht

dazu Kartoffeln und Selleriesalat



ca. 40min



2 Personen

Fischburger sind klasse! Ob als deftiger Lunch oder leichtes Abendessen – sie schmecken einfach nach mehr. Heute haben wir saftigen Seehecht in knuspriger Gewürzpanade an der Leine. Er kommt auf sehr kultivierte Art mit pikant-cremigem Sriracha-Dip und würzigem Apfel-Knollensellerie-Salat in ein von einem Hauch Knoblauch umgebenes Burgerbrötchen. Wer noch glaubt, Burger seien nicht mondän, wird hier eines Besseren belehrt!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 1 Stück Knollensellerie ¹
- 1 grüner Apfel
- 1 Pck. MSC-Seehechtfilet ³
- 50g Panko-Paniermehl ⁴
- 1 Päckchen griechische Gewürzmischung
- 2 Burgerbrötchen ⁴
- 1 Tomate
- 1 Päckchen Sriracha-Sauce
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei ²
- 3EL Mayonnaise ²
- 2EL Weizenmehl ⁴
- 1TL Senf ⁵
- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Küchenreibe

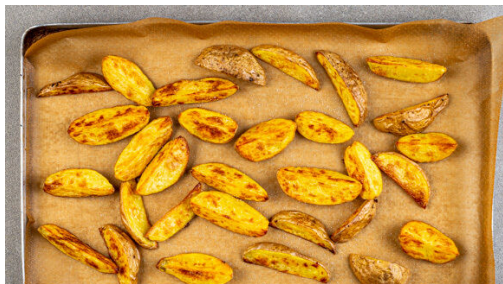
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Sellerie (1), Eier (2), Fisch (3), Gluten (4), Senf (5). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 803kcal, Fett 29.3g, Kohlenhydrate 96.8g, Eiweiß 35.5g



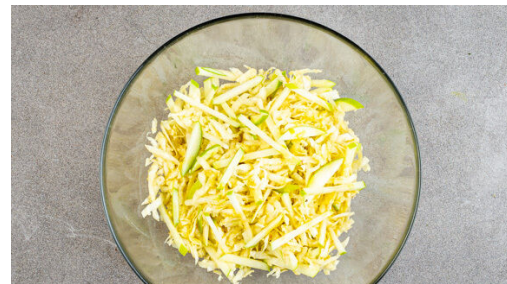
1. Kartoffeln backen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** vierteln und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Die **Kartoffeln** mit 1EL Olivenöl, ½TL Salz und 1 Prise Pfeffer vermengen und 20-25Min. im Ofen backen, bis sie goldbraun sind. Nach ca. 15Min. Backzeit einmal wenden.



4. Fisch braten

Eine mittelgroße Pfanne ca. 1cm hoch mit Pflanzenöl füllen und mittelhoch erhitzen. **Tipp:** Das Öl ist heiß genug, sobald sich kleine Bläschen bilden, wenn man einen Holzlöffel hineinhält. Den **Fisch** ins heiße Öl geben und auf jeder Seite 3-4Min. braten, bis er goldbraun ist. Mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen und auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen.



2. Selleriesalat zubereiten

2EL Olivenöl, 2EL Essig, 1TL Senf, 1TL Honig und 1 Prise Salz zu einem **Dressing** verrühren. Den **Sellerie** schälen und fein reiben. Den **Apfel** halbieren, entkernen und in dünne Stifte schneiden. Den **Sellerie** und den **Apfel** mit dem **Dressing** vermengen und das **Dressing** mit den Händen etwas einmassieren.



5. Brötchen aufbacken

Inzwischen die **Brötchen** aufschneiden und 3-4Min. im Ofen aufbacken. Die **Tomate** in Scheiben schneiden. 3EL Mayonnaise nach Geschmack mit der **½ der Sriracha-Sauce oder mehr** und 1 Prise Salz verrühren.



3. Fisch vorbereiten

Den **Fisch** kalt abspülen, trocken tupfen und evtl. vorhandene Gräten entfernen. 2EL Mehl mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer auf einem tiefen Teller vermengen. 1 Ei mit 1 Prise Salz auf einem zweiten Teller verquirlen. Die **½ des Panko-Paniermehls** auf einem dritten Teller mit der **Gewürzmischung** mischen. Den **Fisch** erst im Mehl, dann im Ei und schließlich im **Paniermehl** wenden.



6. Burger fertigstellen

Den **Knoblauch** schälen und halbieren, dann über die Schnittflächen der **Brötchen** reiben. Die **Brötchen** mit etwas **Sriracha-Dip** bestreichen und mit dem **Selleriesalat**, den **Tomatenscheiben** und dem **Fisch** belegen. Die **Fischburger** mit den **Kartoffeln** und dem **restlichen Dip** auf Tellern anrichten und servieren.