



Knuspriger Fischburger mit Coleslaw

und leckeren Ofenpommes



ca. 30min



3-4 Personen

Dass Fische und Frische zusammengehören, wissen wir nicht erst seit dem berühmten Zungenbrecher. Dieses Gericht bringt die Kombination eindrucksvoll zur Geltung: Im fluffigen Brioche-Brötchen finden sich nicht nur Fischnuggets, sondern auch ein frischer Krautsalat mit einem spritzigen Zitronendressing und ein paar knackige Zwiebelringe. Dazu noch ein paar Kartoffelspannen aus dem Ofen - was will man mehr?

Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 unbehandelte Zitronen
- 400g geschnittener Weißkohl
- 2 Pck. MSC-Fischnuggets ^{2,3}
- 1 rote Zwiebel
- 4 Burgerbrötchen ³

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

Kochtipp

Anstatt einer Zitruspresse kann man auch eine Gabel verwenden: Die Gabel in eine Zitronenhälfte stechen und beides gegeneinander drehen - so erhält man möglichst viel Saft.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 883kcal, Fett 39.6g, Kohlenhydrate 105.2g, Eiweiß 25.0g



1

1. Ofenpommes backen

Den Ofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 1cm dicke Spalten schneiden und auf zwei mit Backpapier ausgelegten Blechen ausbreiten. Mit 2EL Olivenöl, 1TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer vermischen und im Ofen 15-17Min. rösten, bis die **Pommes** goldbraun sind. Nach der Hälfte der Zeit wenden und je nach Ofen die Position der Bleche tauschen.



4

4. Fischnuggets braten

Die **Fischnuggets** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 6-9Min. braten, bis sie goldbraun und knusprig sind, dabei regelmäßig wenden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden.



2

2. Mayonnaise anrühren

Die **Zitronenschale von beiden Zitronen** abreiben, dann die **Zitronen** halbieren und auspressen. 4EL Mayonnaise mit **1EL Zitronensaft** verrühren und großzügig mit Pfeffer würzen.



3

3. Coleslaw zubereiten

2EL Olivenöl, den **restlichen Zitronensaft**, die **Zitronenschale** und je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer miteinander verrühren und unter den **Weißkohl** heben. Nach Geschmack mit mehr Salz und Pfeffer nachwürzen.



6

6. Zwiebel ganz schön ...

Frische Zwiebeln sind eine klassische Beilage zu gebratenem Fisch, aber vielleicht nicht jedermann's Sache. Wem die Zwiebelringe roh zu scharf sind, der kann sie bei der Zubereitung kurz mit kochendem Wasser übergießen: Dadurch behalten sie ihren Biss, werden aber etwas milder im Geschmack.