

Backfisch mit schneller Remoulade aus dem Thermomix



© Backfisch mit schneller Remoulade - Rezepte mit Herz

🕒 40 Min.

👨‍🍳 leicht

🍽️ 4 Portionen

Gut essen muss nicht teuer sein und wenn es auch noch schnell und unkompliziert ist, jubeln wir! In diesem [E-BOOK zum Download](#) haben wir für euch 9 preiswerte Rezepte inklusive Dessert und Kuchen für maximal 2,50 € pro Portion/Stück zusammengestellt. Plus: Jede Menge wertvolle und praktische Tipps, wie ihr euch schnell & preiswert durch die ganze Woche mixen könnt.

Holt euch jetzt euer kostenloses Exemplar als Dankeschön für eure Treue!

Zum [Rezepte mit Herz E-BOOK "Preiswert Mixen leicht gemacht"](#).

Zutaten-Einkaufsliste

- | | | |
|--------------------------|-----------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Für den Fisch: | |
| <input type="checkbox"/> | 2 | Eigelb |
| <input type="checkbox"/> | 100 g | Milch |
| <input type="checkbox"/> | 60 g | Mineralwasser mit Kohlensäure |
| <input type="checkbox"/> | 1 TL | Zitronensaft |
| <input type="checkbox"/> | 120 g | Mehl |
| <input type="checkbox"/> | 1 TL | Backpulver |
| <input type="checkbox"/> | 500 g | Kabeljaufilet |
| <input type="checkbox"/> | | Salz |
| <input type="checkbox"/> | | Pfeffer |
| <input type="checkbox"/> | | Öl zum Ausbacken |
| <input type="checkbox"/> | Für die Sauce: | |
| <input type="checkbox"/> | 1 | Schalotte |
| <input type="checkbox"/> | 5 Zweig/e | Petersilie |
| <input type="checkbox"/> | 15 g | Kapern |
| <input type="checkbox"/> | 3 | Gewürzgurken |
| <input type="checkbox"/> | 50 g | Mayonnaise |
| <input type="checkbox"/> | 25 g | Crème fraîche |
| <input type="checkbox"/> | 5 g | Senf |
| <input type="checkbox"/> | 1/2 TL | Zucker |
| <input type="checkbox"/> | 1/2 | Bund Schnittlauch |
| <input type="checkbox"/> | | Salz |
| <input type="checkbox"/> | | Pfeffer |

Zubereitung

1. Für den Backteig Eigelbe, $\frac{3}{4}$ TL Salz, Milch, Mineralwasser und Zitronensaft in den Mixtopf geben und 10 Sek./Stufe 3 verquirlen. Mehl und Backpulver zugeben und 10 Sek./Stufe 4 unterrühren. Teig in eine flache Schüssel umfüllen und ca. 10 Min. ruhen lassen. Mixtopf spülen und abtrocknen.
2. Inzwischen für die Sauce Schalotte abziehen und halbieren. In den Mixtopf geben und 4 Sek./Stufe 5 zerkleinern. Mit dem Spatel an den Seiten herunterschieben. Übrige Zutaten, bis auf Schnittlauch, zugeben und 5 Sek./Stufe 4 verrühren. Schnittlauch von Hand in feine Röllchen schneiden und unter die Sauce rühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
3. Fisch trocken tupfen und in 5-6 cm große Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem weiten Topf oder einer tiefen Pfanne erhitzen. Das Öl ist heiß genug, wenn an einem eingetauchten Holzkochlöffelstiel kleine Bläschen aufsteigen. Fischstücke dann portionsweise durch den Teig ziehen und in 3-4 Min. goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit der Sauce servieren.

Nährwertangaben

Pro Portion: ca. 540 kcal 27 g E - 36 g F - 28 g KH