



Fischereiverein Pfeffenhausen e. V.

Jugend – Fischzubereitung 19. März 2011

Fischpflanzerl

Zutaten für ca 15 Personen:

- ca 4 - 5 kg Fischfilets (Braxn, Weißfische ...)
- 6 Zwiebeln, 5-6 Eier, gehakte Petersilie
- edelsüßen Paprika, Salz, Pfeffer
- Semmelbrösl



Zubereitung:

1. Fische filetieren , Haut entfernen und die Fischfilets in Streifen schneiden so das diese gut in den Fleischwolf passen
2. die Zwiebeln schälen und vierteln
3. die Filetstreifen mit den Zwiebeln in den Fleischwolf geben
4. Eier aufschlagen und zu der Masse in die Schüssel geben
5. ca. 1 Handvoll Petersilie, 1-2 EL Salz, 1 EL Pfeffer, 2 EL edelsüßen Paprika hinzugeben



- weiter nächste Seite -

6. *die Masse durchmischen und so viele Semmelbrösl hinzugeben das die Masse gut formbar ist*

7. *anschließend je nach Wunsch die Pflanzlerl formen und in Semmelbrösl wenden (so werden diese schön kross und kleben nicht an der Pfanne an)*

8. *die Pflanzlerl in einer Pfanne mit Pflanzenöl oder Rama Culinesse braten bis diese schön kross sind*



Es empfiehlt sich je nach Fischarten erst vorsichtig zu würzen, ein Pflanzlerl zu braten, dies abzuschmecken und bei Bedarf nachzuwürzen!



-- Guten Appetit --