

Fischnuggets mit Joghurt-Senf-Dip

Das brauchst du: (für 4 Portionen)

1 kg Weißfisch (z.B. Kabeljau)

2 EL Zitronensaft

Salz und Pfeffer

2 Eier

150 gr. Paniermehl

Fett zum Frittieren

200 gr. Joghurt

2 EL süßer Senf

Kräutersalz

½ TL edelsüßes Paprikapulver



So geht´s:

1. Wasche das Fischfilet, tupfe es trocken und schneide es in mundgerechte Stücke. Beträufle es mit Zitronensaft und würze die Stücke mit Salz und Pfeffer.
2. Verquirl die Eier mit einer Gabel in einem tiefen Teller und schütte das Paniermehl in einen anderen Teller. Wende die Fischstücke zuerst in Ei, dann im Paniermehl.
3. Frittire die panierten Fischstücke portionsweise im heißen Fett und lasse sie dann auf Küchenpapier abtropfen.
4. Rühre den Joghurt mit dem Senf glatt und schmecke den Dip mit Kräutersalz, Pfeffer und Paprikapulver ab.

Guten Appetit wünschen Frau Müller-Hahl und Schulhund Flori

