



## Karpfenfilet im Zitronenbackteig mit Kartoffel-Endiviensalat

### Zutaten für 4 Personen

720 g Karpfenfilet ohne Haut  
3 EL Mehl  
2 Eier  
150 ml Milch  
Abrieb von einer halben unbehandelten Zitrone  
100 ml Öl

400 g fest kochende Kartoffeln  
140 ml Gemüsebrühe  
80 g Zwiebelwürfel  
½ EL Senf  
3 EL Essig  
4 EL Öl  
¼ Kopf Endiviensalat  
1 EL gehackte Petersilie  
2 EL Schnittlauchröllchen

8 Kirschtomaten  
8 Zitronenscheiben  
1 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer

- Kartoffeln säubern, kochen, abschütten, gut ausdämpfen lassen, schälen, in Scheiben schneiden. Gemüsebrühe erhitzen, Senf, Essig, Öl einrühren, Zwiebelwürfel zugeben, Marinade über die Kartoffeln gießen, mit Salz und Pfeffer würzen, gehackte Petersilie, Schnittlauchröllchen mit unterziehen, einziehen lassen, kurz vor dem Anrichten, gesäuberten Endiviensalat in Streifen geschnitten mit unterarbeiten.
- Eigelbe vom Eiweiß trennen, Eiweiß steif schlagen, Eigelb mit Mehl, Milch gut verrühren, Eiweiß unterheben, mit Salz und Pfeffer würzen, Zitronenabrieb unterziehen.
- Karpfenfilet mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden, abklopfen, durch den Backteig ziehen, in heißem Öl beidseitig goldgelb ausbacken. Kirschtomaten und halbierte Zitronenscheiben in heißem Öl kurz anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffelsalat auf Teller anhäufeln, Karpfenfilet daneben mit anlegen, Zitronenscheiben darauf verteilen, Tomaten mit ansetzen.

**Zubereitungszeit ca. 50 Minuten**

**Dieses Gericht ist pescetarisch.**

### Nährwert pro Portion

670 kcal – 41 g Fett - 47 g Eiweiß – 28 g Kohlenhydrate – 2 BE