

Sportfischereiverein Aschendorf/Ems e.V.

Fischstäbchen



Ein einfaches Rezept, um Fischstäbchen selbst zu machen.

Es werden folgende Zutaten benötigt: (Rezept für 4 Personen)

- 500 g Weißfischfilet
- 1 Ei
- Salz
- Pfeffer
- Paniermehl
- Weizenmehl

Filets waschen, trockentupfen, in ein Zentimeter lange Streifen schneiden. Salzen und pfeffern.

Anschließend im Ei, Panier- und Weizenmehl wenden. In der Friteuse goldgelb frittieren.

Alternativ einfach in einem Ölbad in der Pfanne braten.

Als Beilage empfehlen wir Kartoffelpüree.

Mit freundlichen Grüßen

Sportfischereiverein Aschendorf e.V.

