

# Fischfilet mit Kartoffelkruste



## Zutaten:

4 Fischfilet z.B. Pangasius, Tilapia  
4 mittelgr. Kartoffel  
1 Zwiebel  
1 Ei  
125g durchw. Speck  
2 Esslöffel Mehl  
1 Esslöffel feingeh. Petersilie  
1 Esslöffel feingeh. Dill  
1 Teelöffel Senf  
Salz, Pfeffer, Zitronensaft  
Öl bzw. Bratfett

## Zubereitung:

Die Kartoffeln sehr fein reiben, in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Dann in eine Schüssel geben, den Speck durch den Fleischwolf drehen, die Zwiebel fein hacken und ebenfalls dazugeben. Jetzt noch das Ei, den Senf Mehl, Dill und Petersilie hinzufügen und gut mit Pfeffer und Salz würzen. Dabei den Salzgehalt des Specks berücksichtigen. Alles gut durchmengen. Es sollte ein dicker Brei entstehen. Falls die Masse zu dünnflüssig ist, noch etwas Mehl hinzufügen. Die Fischfilet mit etwas Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern. Reichlich Öl bzw. Bratfett in einer Grillpfanne erhitzen und die Filets etwa 2 Minuten auf der einen Seite braten. Dabei auf der Oberseite mit der Kartoffelmasse bestreichen. Die Filets jetzt wenden und auf der Kartoffelseite weitere 5 Minuten braten bis die Kartoffeln braun werden. Die Fischfilet mit der Kartoffelseite nach oben auf ein Backblech legen und bei 200° C ca 10 Minuten unter den Grill schieben bis die Kartoffelmasse eine schöne Kruste bekommen hat. Auf einem Salatbett anrichten.