

Kanadischer Fischsalat



Zutaten

500 g Fischfilet,
z.B. Blauleng- oder
Rotbarschfilet
Zitronensaft

10 g Butter
Salz

1 Zwiebel

2 Eier

150 g saure Sahne
3-4 EL Mayonnaise
evtl. 150 g Joghurt
Curry, Salz, Pfeffer
2 EL geh. Petersilie

2 Äpfel
100 g Sellerie
1 Möhre

Den gedünsteten Fisch vorsichtig in kleine Stücke zerpfücken,
vorsichtig unter den Salat mischen, im Kühlschrank etwa 30 Min.
durchkühlen lassen und abschmecken.

Zubereitung

unter fließendem Wasser abspülen,
abtrocknen; die Filets 1-2 mal
durchschneiden, mit Zitronensaft
beträufeln und 10 Min. ziehen lassen

in der Pfanne erhitzen, Fischfilets
hineingeben, leicht salzen

schälen, in Würfel schneiden und in die
Pfanne geben; die Pfanne schließen, den
Fisch 8-10 Min. dünsten und abkühlen
lassen

hartkochen, abkühlen lassen

aus den Zutaten eine Marinade
herstellen, Eier grob hacken und in die
Marinade geben

waschen, putzen und in die Marinade
raspeln