

Ingrediënten voor 4 personen

* 2 x diepvries zalmfilet van bijv. Lidl/Aldi, ontdooien en in lengte doormidden snijden * 6-8 eetlepels paneermeel * 4-6 eetlepels parmezaanse kaas * bloem * 1 ei losgeklopt * olie * 450 g krieltjes met schil (vaak een pak, kant en klaar en voorgekookt) * olijfolie, azijn, mosterd zout en peper * geknipte bieslook

Tijd: 10-20 min.
Keuken: Fusion
Smaak: Neutraal
Gang: Voorgerecht
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

gebakken zalmfilet in korst

Lijkt wat ingewikkeld, maar is echt makkelijk en heerlijk! Per 2 personen gehalveerde (diepvries) zalmfilet van bijv. de Lidl/Aldi, in korstje van paneermeel met parmezan, in olie gebakken; SUPER!!!

Vorbereiding

Vis in de lengte doormidden snijden. Paneermeel en parmezaanse kaas mengen in diep bord. In ander diep bord ei los kloppen en in een derde bord laagje bloem leggen. Aardappeltjes met schil koken, vinaigrette maken, gare aardappeltjes afgieten en klaar zetten.

Bereidingswijze

Warme gekookte, droog gestoomde aardappels met de geknipte bieslook door de vinaigrette prakken. Olie in Koekenpan verhitten (laagje). Zalm mootjes eerst door de bloem, vervolgens door het ei en daarna met één hand (de andere hand, die je gebruikt om de gepaneerde filets in de warme olie te leggen, houd je schoon) door het paneermeel-kaasmengsel draaien en in de hete olie doen. Op de eerste zijde niet op al te hoog vuur gedurende 2-3 minuten bakken. Omkeren en de tweede helft gedurende 4-5 minuten op matig vuur zacht doorbakken. Ondertussen op 4 borden stapeltje met warme aardappelsalade leggen. De gebakken zalmfilets erop leggen en serveren met takje bieslook en citroenpart (eventueel)