



# Rotbarsch Schnitzel in Sesamkruste mit Senfschaum

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Geschmackvolle, abwechslungsreiche Alltagsküchen, schmeckt der ganzen Familie

## Zutaten

- Für die Rotbarsch Schnitzel:
- 750 g küchenfertiges Rotbarschfilet
- 120 g geschälter Sesam
- 2 El Mehl
- 2 Eier mit 2 El Milch verklappert
- 2 El Zitronensaft
- Butterschmalz zum Braten
- Salz, Pfeffer
- Für den Wirsing - Kartoffel - Stampf:
- 400 g geputzten Wirsing in Streifen geschnitten
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 1 El Butter
- 600 g gekochte Kartoffeln, grob gestampft
- 100 ml heiße Milch und Sahne
- Salz, etwas Pfeffer und 1 Strich geriebene Muskatnuss
- Etwas gehackter Schnittlauch
- Für den Senfschaum:
- 80 ml Sahne
- 580 ml Milch
- 1 Tl kalte Butter
- 2 Tl französischer Meaux oder Perigord Senf
- Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker

## Zubereitungsart

## **Schritt1**

Die Rotbarsch Schnitzel:

## **Schritt2**

Zunächst den Rotbarsch waschen und mit Küchenkrepp trocken tupfen. In ca. 60 - 70 g schwere, gleichgroße Schnitzelchen schneiden, salzen, pfeffern und mit etwas Zitronensaft marinieren. Mit Mehl von allen Seiten bestäuben und durch das verklapperte Ei ziehen. In Sesamsaat wälzen, etwas andrücken. I

## **Schritt3**

n heißes Butterschmalz geben und von allen Seiten, ca. 3 min. bei mittlerer Hitze goldgelb braten, auf Küchenkrepp ablaufen lassen.

## **Schritt4**

Der Wirsing - Kartoffel - Stampf:

## **Schritt5**

Die Zwiebel in der Butter glasig andünsten und den vorbereiteten Wirsing dazu geben, mit Salz und Pfeffer würzen. In / mit etwas Wasser an gießen. Bei geschlossenem Deckel leise weich „köcheln“ lassen.

## **Schritt6**

Die gekochten Kartoffeln nicht zu fein stampfen, die Butter und die heiße Sahne - Milch unter arbeiten, Mit Salz, Pfeffer und einem Strich Muskatnuss würzen.

## **Schritt7**

Nunmehr den Wirsing trocken, ohne Fond unter den Kartoffel Stampf heben.

## **Schritt8**

Der Senfschaum:

## **Schritt9**

Die Sahne mit der Milch und dem Senf erhitzen und etwas reduzieren lassen. Salzen, pfeffern und mit einer Prise Zucker pikant abschmecken. Mit kalter Butter kurz vor den Anrichten, schaumig aufmixen.

## **Schritt10**

Anrichtevorschlag:

## **Schritt11**

Die Rotbarsch Schnitzelchen auf dem Wirsing - Kartoffel - Stampf anrichten und den Senfschaum drum herum verteilen.

**Schritt12**

**Schritt13**

**Rezeptart:** Warme Fischgerichte **Tags:** schmeckt der ganzen familie, senfschaum

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/rotbarsch-schnitzel-in-sesamkruste-mit-senfschaum/>