Zanderfilet mit Parmesan-Kräuterkruste
(Mein Lieblingsfisch & Lieblingskäse)

Zutaten für 4 Portionen:

8 kleine frische Zanderfilets
(es geht auch TK Ware)
2 EL Zitronensaft
Salz und Pfeffer
Paprikapulver, edelsüßes
2 Eier (Hkl. M)
2 EL Mehl
4 EL frisch geriebener Parmesan
4 EL Semmelbrösel
2 EL Basilikum
1 TL Dill
Butterschmalz zum Braten

Vor- & Zubereitung:

Erst die Zanderfilets (TH Ware auftauen lassen) abwaschen, trocknen und mit Zitronensaft beträufeln, danach nur leicht würzen. Dann erst in Mehl und anschließend in verquirltem Ei wenden.

Den frischen Parmesankäse reiben und mit den Semmelbröseln vermischen. Basilikum und Dill waschen, klein schneiden und unter die Parmesan-Semmelbrösel mischen.

Nun die Fischfilets darin wenden *, die Panierung gut andrücken und den Fisch in einer Pfanne mit heißem Butterschmalz auf jeder Seite ca. 5 Min. goldbraun braten.

Anmerkung *:

Wenn Ihr Zanderfilets mit Haut verwendet, nur die Fleischseite panieren. Dann erst die panierte Seite anbraten und dann die Seite mit der Haut!

Beilagentipp:

Als Beilage gibt es sehr viele Möglichkeiten wie z.B.: Reis mit Fischfondsauce und gekochtem Gemüse, Kartoffelsalt oder Bratkartoffel und Beilagensalat.
Ich persönlich verwende am liebsten Prinzesskartoffel mit Fischfondsauce und grünem Beilagensalat dazu.

Der Zander