

Oostenrijk

Karpfen mit Mohn

Karper met maanzaad

1 karper
100 gr. maanzaad
100 gr. paneermeel
50 gr. bloem
2½ dl. olie
1 el. boter
1 el. slagroom
1 ei
zout en peper

Eerst moeten we de karper fileren. Hoe je dat het beste doet lees je hier. Snij de filets dan in tweeën, zodat je vier stukken vis hebt.

Klop het ei los met de slagroom. Meng het maanzaad met het paneermeel. Meng de bloem met een snuf zout en peper.

Verhit de olie in een pan. Haal de karperfilets eerst door de bloem, dan door het ei en tenslotte door het paneermeel en het maanzaad. Leg de filets in de hete olie en bak ze stevig aan. Dan verlaag je de hitte. Doe er de boter bij en laat de filets rustig gaar en goudbruin bakken.

Serveer de karper in maanzaad met peterselie-aardappelen en gekookte groente.