



Cutlet (Snack oder Vorspeise) a la Netha

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Rezept für: 4 Personen

Zutaten:

Kartoffeln (mehligkochend, Menge nach Bedarf, ca. 3–4 Stück)

1 Dose Thunfisch oder Sardinen (in Öl, gut abgetropft)

1 Zwiebel (in feine Würfel geschnitten)

1–2 Zehen Knoblauch (in feine Würfel geschnitten)

1 kleines Stück Ingwer (in feine Würfel geschnitten)

Frische Chili (nach Geschmack, fein gehackt)

Kurkumapulver

dunkle Senfkörner

Mehl

Paniermehl (oder Panko für extra Knusprigkeit)

2 Eiweiß oder Eier

Öl

Salz

Reichlich Pflanzenöl zum Frittieren

Zubereitung:

Die Kartoffeln in Salzwasser weichkochen. Anschließend abgießen, pellen und grob zerstampfen.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Die dunklen Senfkörner hinzugeben, bis sie leicht springen. Dann die Zwiebel-, Knoblauch- und Ingwerwürfel dazugeben und glasig anbraten.

Chili dazugeben.

Den Thunfisch (oder Sardinen) und die zerstampften Kartoffeln in die Pfanne geben. Mit Salz abschmecken. Danach etwas Kurkumapulver unterrühren. Alles gründlich vermengen. Die Masse kurz abkühlen lassen.

Aus der abgekühlten Masse kleine Portionen abteilen und gleichmäßige Bällchen rollen (etwa so groß wie Tischtennisbälle).

Jedes Bällchen zuerst rundherum im Mehl wenden, danach vollständig in das Eiweiß tauchen und zum Schluss im Paniermehl wälzen.

Goldbraun frittieren.

Bemerkungen: Als Alternative zum Fisch können auch Champignons verwendet werden. Dazu passt gut ein Joghurt-Zitronen-Dip.