

Fisch Burger

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Sardellenfilets
- 2 EL Kapern
- 150 g Joghurt
- 1 EL Weißweinessig
- 1 TL mittelscharfer Senf
- Salz, Pfeffer, Zucker
- einige Salatblätter
- 2 Tomaten
- 4 Burger-Brötchen
- 600 g Zanderfilet oder Kabeljau
- 1- 1 1/2 EL "rische's Biggeblau"
- 2 EL Mehl
- 2 EL Öl

Zubereitung:

- Sardellen abspülen, trocken tupfen und zusammen mit den Kapern fein hacken.
- Joghurt, Essig, Senf, Sardellen und Kapern verrühren .
- Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken.
- Salat putzen, waschen und trocken schütteln.
- Tomaten waschen und in Scheiben schneiden.
- Burger-Brötchen waagrecht aufschneiden.
- Fisch abspülen, trocken tupfen, in 4 Stücke schneiden, mit "rische's Biggeblau" würzen und in Mehl wenden.
- Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Fisch darin von jeder Seite ca. 3-4 Minuten knusprig braten.
- Alle Burger-Hälften mit etwas Joghurtcreme bestreichen.
- Die unteren Hälften mit Salat, Fisch und Tomaten belegen.
- Die restliche Creme darauf träufeln.
- Mit den oberen Burger-Hälften bedecken und anrichten.