

Curry- Lachs- Nuggets

Für 4 Personen

Zutaten:

500g Lachsfilet
 2TL Currypulver
 150g Panko
(alternativ: Paniermehl, glutenfrei)
 3 Eier
 40g Mehl
 Salz & Pfeffer

 400ml Öl



Zubereitung:

1. Lachsfilet waschen, trocken tupfen und in grobe Würfel schneiden.
2. Die Lachswürfel mit Salz, Pfeffer und Curry würzen.
3. An dieser Stelle baut ihr euch am besten eine Panierstraße wie folgt auf:
Mehl – Ei- Panko
4. Die Fischwürfel nun zuerst im Mehl wälzen, anschließend im Ei und zuletzt im Panko wenden.
5. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Nuggets darin 3 Minuten ausbacken. Das Wenden nicht vergessen. Beim Rausholen, die Nuggets auf Küchenpapier abtropfen lassen. Warm servieren.

Hinweis: Leider ist dieses Gericht nicht glutenfrei, den Panko besteht aus Weizen. Alternativ könnt ihr, wenn ihr Probleme mit Gluten haben solltet, auch glutenfreies Paniermehl verwenden.
 Diese Nuggets schmecken nicht nur den Erwachsenen gut, sondern auch Kinder.

Guten Appetit