

# Eglifilets im Bierteig mit Tartarsauce



## Zubereitungszeit

30 Minuten + 20 Minuten ruhen lassen

## Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 580 kcal

Eiweiss: 43 g

Fett: 27 g

Kohlenhydrate: 37 g

## Zutaten für 4 Portionen

180 g	Weissmehl
1.5 dl	Bier
1 dl	Wasser
1 EL	Öl
1	Eigelb
	Salz
	Pfeffer
	Muskat
2 l	Öl zum Frittieren
700 g	Eglifilets
2	Eiweiss
1	Zitrone

### Sauce

1	hart gekochtes Ei
0.5	kleine Zwiebel
4 Zweige	Petersilie
1 TL	Kapern
1	Essiggurke
4 EL	Mayonnaise z. B. Léger
4 EL	Magerquark
0.25 TL	milder Senf
	Salz
	Pfeffer

## Zubereitung

1. Für die Sauce das Ei grob hacken. Zwiebel, Petersilie, Kapern und Essiggurke fein hacken. Alles mit Mayonnaise, Quark und Senf mischen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kühl stellen.
2. Für den Bierteig Mehl, Bier, Wasser und Öl zu einem dickflüssigen, glatten Teig rühren. Eigelb darunter rühren. Teig mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. 20 Minuten ruhen lassen.
3. Ofen auf 80 °C vorheizen. Zum Fertigstellen Öl in der Friteuse oder im Bräter auf ca. 170 °C erhitzen. Fischfilets kalt abspülen, mit Haushaltspapier trockentupfen und wenig salzen. Eiweiss steif schlagen und unter den Bierteig heben. Eglifilets portionenweise durch den Bierteig ziehen, gut abtropfen lassen. Im Öl 3-4 Minuten goldbraun frittieren. Herausheben und auf Haushaltspapier abtropfen lassen und warm stellen. Zitrone vierteln. Sauce zu den Fischfilets reichen.