

Fisch-Kartoffel- Backlinge






Sehnsucht nach Meer und Urlaub?
Bastelt euch aus den Fisch-Kartoffel-Backlingen mit Remoulade und Salat Euren ganz speziellen Familien-Fischburger.

Zutaten | 2 Kinder + 2 Erwachsene

- 300 g Kartoffeln
- 400 g Fischfilet
- 40 g Butter
- 1 TL Salz
- 1 Ei
- 40 g Quark
- 1 TL Zitronensaft
- 30 g Polenta (Maisgrieß)

Auf einen Blick

-  **Warme Mahlzeit**
-  **Zeit: 1 Stunde**
Mit Kind: 1 Stunde
-  **Allergene: Fisch, Milch, Ei**

So geht's

1. Kartoffeln als Pellkartoffeln kochen.
2. Fischfilet waschen, trocknen und in wenig Wasser mit geschlossenem Deckel 8–10 Minuten dünsten.
3. Kartoffeln pellen und stampfen.
4. Fischfilet mit den Fingern zerkleinern (so können alle gut spüren und prüfen, ob noch Gräten enthalten sind).
5. Kartoffeln und Fisch mit 20 g der Butter, Salz, Ei, Quark und Zitronensaft verkneten.
6. Backofen auf 180° C Umluft vorheizen.
7. Aus der Masse 10 Backlinge formen, diese einmal in der Polenta wenden und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.
8. Backlinge 15 Minuten backen, in der Zwischenzeit die restliche Butter schmelzen.
9. Die Backlinge damit bestreichen und weitere 5–10 Minute goldbraun backen.