Gepaneerde vis met bierbeslag op basis van brood

met Vita+ Havermout

Hoofdgerecht Snack

4 tot 6 personen



Ingrediënten

- Bierbeslag
  - 225 g bloem
  - 25 g eigeel
  - 5 g bakpoeder
  - 350 g geuze
- Mangotartaarsaus
  - 40 g ei
  - 20 g mosterd
  - 200 g plantaardige olie
  - 20 g azijn
  - 25 g kappertjes
  - 25 g augurken
  - 15 g platte peterselie
  - 10 g bieslook
  - 15 g sjalot
  - 50 g verse mango
- 800 g scholfilet
- 250 g bloem
- ½ Vita+ Havermout brood

1. Maak het bierbeslag: meng alle ingrediënten in een kom met een klopper en laat 4 uur in de koelkast staan (doe dit bij voorkeur de dag ervoor).

2. Maak de mangotartaarsaus: Doe de eierdooiers, de mosterd en de azijn in een grote kom of slakom. Meng met de mixer tot een homogeen mengsel. Hou de mixer op gemiddelde snelheid en voeg voorzichtig de plantaardige olie toe. Wanneer alle olie is toegevoegd, schakel naar maximale snelheid totdat je een homogeen mengsel verkrijgt. Kruid met peper en zout. Hak de sjalot, de peterselie, de bieslook, de kappertjes en de augurken heel fijn.

Benodigdheden

- Friteuse



Dit recept is gemaakt met Vita+ Havermout

Vita+ Havermout brengt al het goede van havermout, zonnebloempitten en lijnzaad, samen in een heerlijk brood.

Was, schil en snij de verse mango in een fijne brunoise. Voeg alle kruiden toe aan de mayonaise en meng. Deze tartaarsaus is maximaal 2 dagen houdbaar in de koelkast.

3. Snij de sneden brood in blokjes van 0,5 cm en doe ze in het bierbeslag.

4. Snij de scholfilets in aiguillettes en haal ze door de bloem. Verwijder de overtollige bloem. Dompel ze vervolgens in het bierbeslag. Kook ze 3-4 minuten in een friteuse op 180°C. Laat ze uitlekken op absorberend papier en lichtjes kruiden met zout.

5. Serveer de gepaneerde vis met een potje mangotartaarsaus. Dit recept kan ook gemaakt worden met kipfilet.