



Mahlzeit!

W I E S B A D E N

VEGANE FISH AND CHIPS

Tartar-Sauce

- 1 Schalotte
- 2 Cornichons
- 1 TL Kapern
- 2 EL vegane Mayonnaise
- 2 EL Sojajoghurt
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL vegane Worcestershiresauce

veganen Fish and Chips

- 600 g Van Hees Thai Bites
- 320 g Süßkartoffeln
- 1 EL Apfelessig
- 1 TL Salz
- 1 Blatt Nori
- 125 g Weizenmehl Type 405
- 75 g Reismehl
- 2 EL Maisstärke
- 1 EL Backpulver
- 1/2 TL Currypulver
- 250 ml Bier Helles, Weizen oder ein möglichst herbes alkoholfreies
- 1 l Frittieröl

Für die Tartar Sauce

Die Schalotte, Cornichons und Kapern fein hacken und mit veganer Mayonnaise, Sojajoghurt, Zitronensaft und Worcestershiresauce verrühren. Bis zum Servieren gut verschlossen im Kühlschrank ziehen lassen.

Für die Fish and Chips

Die Süßkartoffeln in sehr dünne Scheiben schneiden oder mit einer Mandoline in dünne Scheiben hobeln.

Für den Teig das Nori Blatt zu feinem Pulver mixen am besten funktioniert das mit einem Standmixer. Zusammen mit beiden Mehlsorten, Back- und Currypulver, dem Apfelessig, Salz und Bier zu einem gleichmäßigen Teig verrühren.

Das Frittieröl in einem hohen Topf auf 170-175 °C erhitzen (die Temperatur am besten mit einem Thermometer prüfen!), Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Vorbereiteten Thai Bites, leicht mit Reismehl bestäuben, in den Bierteig dippen und vorsichtig ins Öl gleiten lassen und etwa 5 Minuten frittieren, bis der Teig goldbraun und knusprig ist. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und im Backofen warm halten.

Die Süßkartoffelscheiben in Maisstärke wenden und gut abklopfen, in das heiße Öl geben und für 3-4 Minuten goldbraun frittieren und anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen. Wichtig ist das Ihr sie direkt salzt.

Vegane Fish and Chips mit Tartar Sauce, Süßkartoffelchips und Zitronenspalten servieren.