

KOCHEN MIT LUKAS

Matjestatar im Windbeutel mit Aioli



Geräte:

Kochmesser
Schneidebrett (möglichst groß)
Rührschüssel (gerne zwei Stück, oder zwischendurch spülen)
Pürierstab
Teigschaber / Schlesinger
Messbecher, Waage (oder Messbecher mit Skala für Mehl)
Sieb, Topf, Herd, Ofen
Backblech mit Backpapier
Spritzbeutel (ich benutze gerne die Einwegbeutel. 2 Stück)
Sterntülle (am besten 7mm)

Zutaten

1 Knoblauchzehe
1 EL heller Balsamico-Essig
3 EL Limettensaft
2 TL Senf
200ml Rapsöl (oder Sonnenblumenöl)
3 Eier (Größe L)
75g Mehl
50ml Wasser
75ml Milch
40g Butter
8 Matjesfilets (also 4 Doppelfilets. Gibt es z.B. beim Edeka an der Fischtheke)
1 Gewürtzgurke
1 kleine Zwiebel
2 TL Kapern
frischer Dill (ein Zweig genügt)
bisschen Zucker, Salz, Pfeffer

*Das Rezept ist für
16 kleine Windbeutel*