



Hallo,

heute zeigen wir Euch, wie man in kürzester Zeit und mit wenig Aufwand leckere Fish und Chips auf dem Grill zubereitet. Benötigt wird ein Dutch Oven oder ein Wok. Fish and Chips ist das inoffizielle Nationalgericht der Briten mit einer langen Tradition. Das Gericht ist im herkömmlichen Sinne eigentlich auf neudeutsch ein typisches „Street Food“, was man zum Mitnehmen oder direkt auf die Hand isst. Aber man findet es auch häufig in Pubs oder inzwischen sogar in gehobenen Restaurants als „Finger Food“. Der panierte Fisch besteht in den meisten Fällen aus Filetstücken von Fischen mit weißem Fleisch, wie z.B. Kabeljau, Schellfisch,

Seelachs oder Scholle. In den 1850er öffneten die ersten Läden, die in London Fish 'n' Chips verkauften.

Zutaten für 4 Portionen Fish and Chips:

- 600g Seelachsfilet
- 600g Pommes
- 175g Mehl
- 1 Flasche Bier
- 1 TL Backpulver
- 1,5 Liter Pflanzenöl
- 1 TL Rub (z.B. Bergischer Magic Dust)
- 1 Zitrone
- Salz und Pfeffer

Was ist ein Dutch Oven?

Ein Dutch Oven ist ein gusseiserner Topf, den man vielseitig verwenden kann. Egal, ob Brot, Suppen, Eintöpfe, Fleischgerichte, ganze Hähnchen, Kuchen oder Desserts, der Dutch Oven ist die perfekte und günstige Ergänzung zum Grill!

Wie versprochen, ist das Rezept extrem leicht und schnell fertig. Zu Beginn stellen wir den Bierteig her. Dafür vermengen wir in einer Schüssel das Bier mit dem Mehl, dem Backpulver und dem Rub. Das Ganze wird nun mit einem Schneebesen zu einer sähmigen Masse verrührt. Der Bierteig wird jetzt für ca. 45 Minute zum Ruhen beiseite gestellt.



In der Zwischenzeit widmen wir uns dem Grill zu. Wir müssen das Öl auf ca. 180 Grad erhitzen, deshalb haben wir einen 2/3 gefüllten Anzündkamin mit Profagus-Briketts gefüllt und angezündet.



Jetzt wird es Zeit für den Fisch. Wir haben Seelachsfilet genommen und diesen in ca. 2x4 cm große Stücke geschnitten, gesalzen und gepfeffert und danach in etwas Mehl gewälzt.



Nachdem die Kohle durchgezogen ist, gibt man sie in die Mitte des Grills und stellt den Wok darüber. Wenn Ihr einen Dutch Oven nutzen möchtet, dann stellt den Topf einfach mitten in die Glut. Danach gebt Ihr 1,5 Liter Pflanzenöl hinein und lasst das Öl auf ca. 180 Grad erhitzen. Es dauert ca. 8 bis 10 Minuten bis das Öl die gewünschte Temperatur erreicht hat.

Direkt vor dem Frittieren werden die mehligen Fischfilets durch den Bierteig gezogen und von dann direkt in das heiße Fett gegeben. Es sollten am besten immer nur 4-5 Filets gleichzeitig frittiert werden, denn sonst klebt der Fisch aneinander.



Der Fisch schwimmt nun oben und wird ca. 3-4 Minuten von der einen Seite frittiert und muss danach noch einmal im siedenden Öl gewendet werden und ebenfalls 3-4 Minuten von der anderen Seite frittiert werden.

Nach dem Fritieren solltet Ihr die Filets auf ein Backpapier legen, damit das überschüssige Fett abtrofen kann. In der Zeit könnt Ihr mit dem Frittieren der Pommes beginnen.



Zum Schluss gebt Ihr noch etwas Zitrone über den Fisch und genießt Eure Mahlzeit mit etwas Mayonese.

Es würde uns freuen, wenn Ihr das Rezept auf Facebook „liked“ oder teilt. Wenn Ihr mehr von uns sehen oder hören wollt, dann folgt uns auf Facebook oder bucht unsere Grillkurse auf www.bergische-grillakademie.de

Alle von uns verwendeten Rubs, Salze, Pfeffer, Räucherhölzer und Planken könnt Ihr natürlich ebenfalls bei uns erwerben.



Sault & Pfeffer
Bergische Gewürzmanufaktur



www.bergische-grillakademie.de