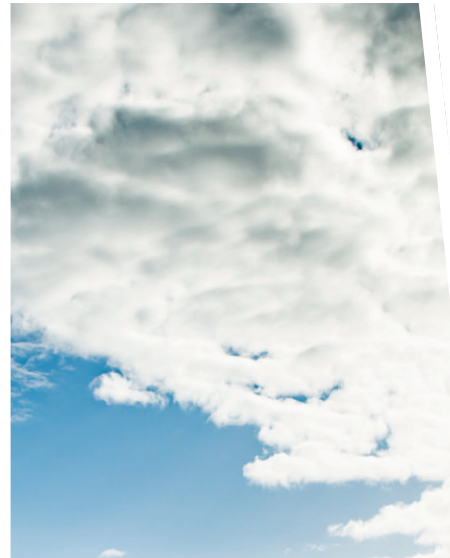


# PANNFISCH NACH SYLTER ART

## nach Art unseres Kochs Ögeday Tan

Ferienzentrum Wenningstedt auf Sylt



**Zutaten** für 4 Portionen:

- 1 Ei Bratöl
- 1 gewürfelte Zwiebel
- 100 g gewürfelter, durchwachsender Speck
- 500 g gekochte, klein geschnittene Pellkartoffeln, am besten vom Vortag
- 4 Ei mittelscharfer Senf
- 4 Ei körniger Senf
- 200 ml Sahne
- 1 Ei Zucker
- Kurkuma
- Salz, Pfeffer
- 100 ml Fischfond
- ca. 600 g dreierlei Fischfilet (geschnitten in jeweils ca. 50 g Stücke vom Lachs, Seelachs und Rotbarsch pro Portion)
- Mehl
- 30 g Butterschmalz
- Salz, Pfeffer
- Zitrone
- Dill

**Bratkartoffeln:** Die Kartoffeln in dem Öl anbraten bis sie Farbe annehmen, Speck- und Zwiebelwürfel hinzufügen, ca. 5 Minuten vorsichtig weiterbraten, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Soße:** Senf in einem Topf anrösten und mit der Sahne ablöschen. Zucker, Kurkuma, Salz und Pfeffer hinzugeben und mit dem Fischfond etwas einkochen.

**Fisch:** Fischfilets leicht in Mehl wenden und in Butterschmalz mit Salz und Pfeffer braten.

Die Senfsoße auf 4 Tellern anrichten, darauf den Fisch und die Bratkartoffeln legen, mit Zitrone und Dill garnieren.

**Smaakelk liten!** (Guten Appetit auf Sylter Friesisch)

[ferienzentrum-wenningstedt.de](http://ferienzentrum-wenningstedt.de)

Gut **G E W**ürzt!