Pangasiusfilet mit Pommes frites und Mayonnaise-Chili-Dip



Pangasius, Pommes frites, Mayonnaise-Chili-Dip

Auch heute etwas Schnelles am Wochenende. Quick’n’dirty. Man könnte es auch als Fish’n’chips bezeichnen. Ich habe eine grandiose scharfe Mayonnaise dazu gemacht.

Ich bin immer wieder begeistert von dieser schnell zuzubereitenden Mayonnaise, die sich ganz unterschiedlich mit Curry, Kreuzkümmel, Paprika oder anderen Zutaten verfeinern lässt. Ich las über Mayonnaise immer nur, dass sie schwierig zuzubereiten wäre und man viele Dinge beachten müsse: a) Das/die Ei/er muss/müssen Zimmertemperatur haben. b) Es wird nur das Eigelb verwendet und das Olivenöl wird gaaaaaaanz langsam tröpfchenweise mit dem Schneebesen in das Eigelb gerührt. Bullshit. Hohe, schmale Rührschüssel, gutes Olivenöl hinein, das ganze Ei dazu, den Senf, das Salz und in diesem

Fall die zerkleinerte Chilischote, mit dem Pürierstab drüber – zack, fertig, in noch nicht mal 2–3 Minuten.

Die Zubereitung der Pommes frites im Backofen ist eine Katastrophe. Normalerweise gebe ich sie in die Friteuse, nur hatte ich kein frisches Frittierfett mehr. Also Backofen. Jeder Hersteller hat für sein jeweiliges Produkt zwar seine eigenen Zubereitungshinweise, aber Pommes frites, die bei 180° C nach 14 Minuten gebacken sein sollten, aber auch nach über 30 Minuten immer noch keine schöne Bräune und Knusprigkeit aufweisen, sind mir ein Graus. Also das nächste Mal doch wieder in der Friteuse.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Pangasiusfilet, ca. 200 g
- eine Portion Pommes frites

Zutaten für die Mayonnaise:

- 100 ml gutes Olivenöl
- 1 Ei
- 1 EL Senf
- Salz
- 1 rote Chilischote
- Salz
- Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: 30 Min.

Alle Zutaten für die Mayonnaise in eine hohe, schmale Rührschüssel geben, mit dem Pürierstab mixen, in eine Schale geben und im Kühlschrank kalt stellen.

Die Pommes frites nach Anleitung im Backofen oder der Friteuse zubereiten.

Butter in einer Pfanne erhitzen, das Pangasiusfilet auf beiden

Seiten salzen und pfeffern und auf beiden Seiten jeweils etwa 3 Minuten kross anbraten.

Alles auf einem großen Teller anrichten und servieren.