

Italienische Rezepte

Bigne di Pesci Misti FISCHBEIGNETS

Anzahl: 4 Personen

Gattung: Italien, Pesce, Secondo

AUSBACKTEIG

1 cup Mehl, vor dem Abmessen
- gesiebt
3/4 cups Lauwarmes Wasser

3 Essl. Pflanzenöl
1/2 Teel. Salz
1 Eiweiß

FISCHE

1 Liter Wasser
750 g Tintenfische, in 1 cm
- breite Ringe geschnitten
250 g Mittelgroße
- Langustenschwänze in der
- Schale

- oder Hummerkrabben
250 g Stinte, gesäubert und ohne
- Köpfe
Salz
Frisch gemahlener schwarzer
- Pfeffer

BACKEN

Pflanzenöl oder Backfett
- zum Ausbacken

Zitronenviertel

Das Mehl, das warme Wasser, 3 EL Öl und 1/2 TL Salz in einer Rührschüssel zu einem sahnigen Ausbackteig vermischen. Weder schlagen noch zu lange rühren. Es empfiehlt sich, den fertigen Ausbackteig 2 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen zu lassen, wenn man ihn auch notfalls sofort verwenden kann. Das Eiweiß sollte mit einem Schneebesen oder Rührgerät sehr steif geschlagen und erst kurz vor der Verwendung des Teigs darunter gezogen werden. In einem 3 bis 4 l fassenden Kochtopf 1 l Wasser zum Kochen bringen und darin die Tintenfische zugedeckt 20 Minuten bei mäßiger Hitze kochen. In einem Sieb oder Durchschlag abtropfen lassen und die Stücke auf Küchenkrepp legen. Die Langustenschwänze aus der Schale nehmen und die Darmadern entfernen, die Schwänze jedoch dranlassen. Die Krabben und Stinte schnell unter fließendem kaltem Wasser waschen, abtrocknen und mit den Tintenfischen beiseite stellen. Alles salzen und pfeffern. In einer Friteuse etwa 250 g Backfett oder eine entsprechende Menge Öl auf 175° erhitzen. Den Ofen auf 125° vorwärmen und eine große flache Backform oder ein Backblech mit Küchenkrepp auslegen. Die Langustenschwänze, Stinte und Tintenfische nacheinander ausbacken, indem man zuerst 5 oder 6 Stücke in den Teig taucht (mit dem man zuvor den Eischnee vermischt hat). Wenn alle gut überzogen sind, nacheinander mit einer Zange oder einem Schaumlöffel herausheben. Den Teig abtropfen lassen, ehe man die einzelnen Teile in das heiße Fett tut. Die Fischstücke 5 bis 6 Minuten schwimmend ausbacken und sie ein- oder zweimal wenden, bzw. bis sie goldbraun sind. Mit einer Zange die gebräunten Stücke auf die ausgelegte Backform oder das Backblech legen. Wenn die ersten Stücke ausgebacken sind, die Backform oder das Blech in den Ofen schieben, um die Fische warm zuhalten. Dann die nächsten Stücke in den Teig tauchen und ausbacken. Sobald das letzte Stück ausgebacken ist, die Fische auf einer mit einer Serviette ausgelegten Servierschüssel anordnen und mit Zitronenvierteln garniert anrichten.