Italienische Rezepte

Frittierter Stockfisch Stoccafisso Fritto

Anzahl: 4 -6 Portionen
Gattung: Fisch, Frittieren, Italien

---

1 kg Stockfisch	Sonnenblumenöl zum
Mehl zum Panieren	- Frittieren

Für frittierten Stockfisch nehmen Sie am besten ein dünnes Stück Fisch. Für Stockfisch werden ausgenommene magere Fische ohne Kopf z. B. Kabeljau, Leng, Schellfisch, Seelachs - auf Stangengerüsten getrocknet. Dies ist eine der ältesten Arten, Fische zu konservieren.

Den Stockfisch 12 Stunden lang wässern. Dem Fisch wird so wieder Flüssigkeit zugeführt. Den Stockfisch aus dem Wasser nehmen, gut trocknen, häuten und in größere Stücke schneiden (nicht zerpflücken). Man wendet ihn in dem Mehl, klopft überschüssiges Mehl ab und frittiert den Fisch sofort in dem Sonnenblumenöl. Rechnen Sie etwa 5 bis 10 Min bei 180° C. Sie können für den Stockfisch eine Friteuse verwenden oder aber einen tiefen, breiten Topf, in den Sie 3-4 cm hoch das Öl einfüllen. Den Stockfisch gelegentlich wenden. Es sollte sich eine goldgelbe Kruste bilden. Die Einzelstücke auf Küchenpapier abtropfen lassen und möglichst heiß auftragen.

SICHERHEITSHINWEIS Arbeiten Sie beim Frittieren vorsichtig! Überhitzen Sie nicht das Öl, es könnte Feuer fangen. Während Sie frittieren, sollten Sie insbesondere Kinder und Haustiere vom Herd fernhalten, um sie nicht der Gefahr von Verbrennungen auszusetzen.

TIPP:

Stockfisch wird nur getrocknet und nicht gesalzen. Klippfisch dagegen wird eingesalzten. Früher wurde Klippfisch - es werden dieselben Fischarten wie für Stockfisch verwendet - auf Klippen getrocknet. Erkundigen Sie sich genau, ob man Ihnen Stock- oder Klippfisch anbietet. Beide sind auf den ersten Blick nur schwer auseinander zu halten. Klippfisch muss allerdings 24 Stunden gewässert werden, um ihm das konservierende Salz wieder zu entziehen. Das Wasser sollte dann mehrmals gewechselt werden.