

# Fischfrikadellen mit Gurken-Radicchio-Salat

## Zutaten für den Salat (für 4 Personen):

- 0.5 Bund Dill
- 0.5 Bund Minze
- 1 Salatgurke
- 1 Handvoll Radieschen
- 1 Radicchio
- alternativ: anderer Salat
- 2 (Bio-) Limetten
- 150 ml Buttermilch
- 1 EL Zucker
- Salz
- Pfeffer

Dill und Minze von den groben Stielen befreien und fein schneiden. Salatgurke waschen, längs vierteln und in Würfel schneiden. Radieschen waschen und in feine Scheiben schneiden oder hobeln. Die Blätter der Radieschen ebenfalls für den Salat verwenden. Sind sie etwas schlapp, zuvor über Nacht in Wasser legen. Radicchio in feine Streifen schneiden. Wer die Bitternote nicht mag, kann die Streifen ein paar Minuten in kaltes Wasser legen oder durch anderen Salat ersetzen.

Die Schale von 1 Limette fein abreiben und für die Frikadellen beiseitestellen. Den Saft auspressen und in eine Salatschüssel geben. Die Hälfte der Kräuter, Buttermilch und Zucker dazugeben, alles verquirlen und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer es gern besonders säuerlich mag, nimmt den Saft der zweiten Limette dazu.

## Zutaten für die Frikadellen:

- 300 g Lachsfilet
- alternativ: Kabeljau oder Seelachs
- 1 (vom Vortag) Brötchen
- 1 Stück Ingwer
- 1 Bund Koriander
- 4 Frühlingszwiebeln
- 2 Eier
- 3 EL Sojasoße
- Salz
- Pfeffer
- zum Braten: Pflanzenöl

Den Lachs trocken tupfen und grob würfeln. Das Brötchen auf der Küchenreibe in eine Schüssel reiben. Das geht gut im Waschbecken, dann fliegen die Krümel nicht so weit. Den Ingwer fein reiben oder sehr fein würfeln. Koriander mit den Stielen klein schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen, in Ringe schneiden und in etwas Pflanzenöl anschwitzen.

Lachs, Ingwer, Koriander, Limettenabrieb und Frühlingszwiebeln mit den Eiern und der Sojasoße in einem Blitzhacker kurz und nicht zu fein pürieren. Alternativ alle Zutaten mit einem scharfen Messer fein würfeln. Die Masse in eine Schüssel geben. Nach und nach die Semmelbrösel unterheben, bis eine geschmeidige, formbare Masse entsteht. Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Etwas Pflanzenöl in einer großen Pfanne erhitzen und mit einem Esslöffel kleine Portionen der Masse direkt in die Pfanne geben (circa 2 EL pro Frikadelle). Etwas platt drücken und bei mittlerer Hitze von einer Seite anbraten, bis die Ränder hell werden und die Unterseite goldbraun ist. Vorsichtig wenden und von der anderen Seite goldbraun braten. Bis zum Servieren können die Frikadellen im Ofen bei 80 Grad warmgehalten werden.

Die heißen Frikadellen mit Salat und den restlichen Kräutern servieren. Nach Geschmack mit 1 Spritzer Limettensaft verfeinern.

Sendung/Quelle: Mein Nachmittag

Sendetermin: 19.01.2021

Koch/Köchin: Elli Neubert

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)