



Kraukšķīgi zivju pirkstiņi

Kraukšķīgi, zeltaini un viegli pagatavojami zivju pirkstiņi, cepti krāsnī, nevis fritēti. Panko rīvmaize un parmezāns nodrošina perfektu kraukšķīgumu un bagātīgu garšu.



Nepieciešams

600 g fileju vai liemju mencas (bez ādas)

75 g Panko rīvmaizes

50 g miltu

20 g smalki rīvēta parmezāna

2 olas, sakultas

1 ēdamkarote sviesta (pildīšanai rīvmaizei)

1 tējkarote paprikas

1 tējkarote sāls

1/4 tējkarotes sīpolu pulvera

1/4 tējkarotes ķiploku pulvera

1/4 tējkarotes balto piparu

Eļļas smidzinātājs

Rīvmaizes sagatavošana

1. Katliņā izkausē 1 ēdamkaroti sviesta uz vidējas uguns.
2. Pievieno Panko rīvmaizi un apcep ~5 minūtes, līdz zeltaina, ik pa laikam maisot.
3. Atstāj nedaudz atdzist.

Garšvielu sagatavošana

1. Mazā bļodā sajauc papriku, sāli, sīpolu pulveri, ķiploku pulveri un balto piparu.

Zivju sagatavošana

1. Filejas sagriež 12 lielos gabalos (~1 x 5 cm).
2. Kārtīgi nosusina ar papīra dvieli, lai zivij uz virsmas nebūtu mitruma.

Zivju apklāšana ar rīvmaizi (sagatavo trīs bļodas)

1. Vienā bļodā - milti + puse garšvielu;
2. Otrā bļodā - sakultas olas;
3. Trešā bļodā - rīvmaize + parmezāns + atlikušie garšvielas;
4. Katru zivs gabalu vispirms apviļā miltos, tad olā, pēc tam rīvmaizē.

Cepšana

1. Zivju pirkstiņus novieto uz metāla restes virs cepampannas, viegli pārsmidzina ar eļļu, lai cepoties tie netvaicētos un kļūtu kraukšķīgi.
2. Viegli pārsmidzina ar eļļu.
3. Cep cepeškrāsnī 220 °C 12–15 minūtes līdz zeltaini kraukšķīgi.
4. Ļauj nedaudz atdzist (2–3 minūtes), lai rīvmaize kļūtu vēl kraukšķīgāka.

Pasniegšana

1. Pēc izvēles pārkaisa ar nedaudz sāls un uzspiež citrona sulu.
2. Lieliski sader ar kartupeļu fri, vārītiem kartupeļiem, zirņiem vai maizē kā Fish Finger Sandwich.