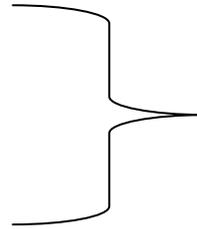


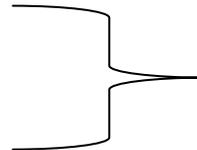
## Meine Fischfrikadellen ca. 40 mittelgroße

2 kg Fischfilet (Dorsch, Pollack, Seelachs)  
3 Lauchzwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
1 Scheibe Toast. Am Ende durch den Fleischwolf jagen damit die Reste herausgedrückt werden



alles klein schneiden für eine bessere Verarbeitung im Fleischwolf

2 Wurzeln  
2 – 3 mittlere geschälte Kartoffeln



mit der Raspel Scheibe Fein 4 zerkleinern

3 kleine Rote Paprika (die süßen) in ganz kleine Würfel schneiden.

Alles in einen großen Topf (Nudeltopf) hineinfügen.

Dann:

3Eier

Verschiedene Tiefgefrorene Kräuter (Aldi, Penny) 1 Packet

Pfeffer

Salz 3 TL

Paprikagewürz nur wenn keine frische verwendet wurde

400 g Schmelzkäse.

Jetzt noch mit Paniermehl die Masse so festigen, dass man Frikadellen formen kann.  
Nur wenig Paniermehl benutzen.

Zum Braten von 6 kg Fisch benötigt man ca. 2l Sonnenblumenöl.  
Zwischendurch nach ca. 40 Frikadellen die Pfanne reinigen und das ganze Öl wechseln.

Nach einem Norwegischen Rezept.

Guten Appetit wünscht Matthias