

Fiskepinner med cornflakescrunch og coleslaw

Det føles alltid som en personlig seier når jeg lager noe jeg vanligvis ville kjøpt. Fiskepinner er intet unntak. Det er overhode ikke vanskelig å lage fiskepinner, men litt klissete er det faktisk. Men det er det verdt. Begynn med coleslaw:



Coleslaw:

I en bolle har du:

2-3 fedd finhakket hvitløk

1 finhakket rød chili

3 ss rødvinseddik

litt salt

6-7 ss Hellmans majones

som du blander godt. Ha i strimlet kål, mellom en halv og en kvart, og 3 revne gulrøtter. Sett kaldt til servering.



Fiskepinner med cornflakescrunch:



500 gram laksefilet uten skinn og ben, skåret i passende biter

3 ss mel blandet med 1 ts salt og litt nykvernet pepper

1 egg, lett sammenhvispet

ca1,5 dl knust cornflakes (cornflakes knuser du ved å ha de i en ren plastpose og denge løs med feks en kjevle, men det skal ikke bli pulverisert)

Sett tre litt dype tallerkener på rad og rekke. I den første har du melblandingen, den neste egg og den siste cornflakes.

Vend først fisken i mel:



Så i egg:



Så i cornflakes:



La fisken ligge på et tørt underlag noen minutter, så coatingen får satt seg.



Stek et par minutter på hver side, i olje, i relativt varm panne. Server med coleslaw, sitronbåter og carbs of your choice.

