

Vorgeschlagen von: am So 19 Apr 2009 16:43:04 CEST

Beschreibung

Zutaten

0,25 l helles Bier, 150g. Mehl, 1 TL Öl,
3 Eier, Salz, 2 Dosen portugiesische Ölsardinen, Senf, Backfett

Zubereitung

Bier und Mehl vermischen. Salz, Öl und Eier darunterschlagen. 3 Minuten stehenlassen, bis der Teig dickflüssig ist. Nun die gesalzenen, mit Senf bestrichenen Ölsardinen in den Bierteig tauchen und im heißen Fett schwimmend ausbacken. Zusammen mit Kartoffelsalat, Salatblättern und Tomaten anrichten.

Anmerkungen

Zubereitungsdauer	5 Min	Schwierigkeit	ganz einfach
Portionen	eine Portion	Sonstige Menge	
Land/Region		Kosten	
Vegetarisch	0	Laktose frei	0
Diabetisch	0	Gluten frei	0
Kilo-Kalorien		Kilojoule	
Fettgehalt		Broteinheiten	
Eiweiß		Kohlehydrate	