

Fischrezepte

Thailändische Marinierte Kabeljauwürfel Im Kräuterdampf

Anzahl: 4 Portionen - Gattung: Asien, Fisch, Kabeljau, Thailand

800 g Kabeljaufilet

Salz, Pfeffer

Marinade

2 Essl. Sherry

1 Essl. Sesamöl

2 Teel. Ingwer

-fein gehackt oder

-gerieben

1 Essl. Knoblauch

-feingehackt oder

4

-durchgepreßt

Chilischoten

-frisch,

-scharf, möglichst rot und

-grün

1/2 Teel. Zucker

1 Teel. Thailändische Fischsauce

Außerdem

Thaibasilikum

Koriandergrün

2 Frühlingszwiebeln

100 g Sojabohnenkeime

Die Fischfiletstücke in grosse Würfel teilen, a jeweils 3-4 Zentimeter, mit Salz und Pfeffer würzen. Aus den Zutaten eine Marinade rühren, die Würfel darin eine Stunde ziehen lassen. Sie schließlich nebeneinander auf einer Platte verteilen, dazwischen die abgezapften Blätter vom Koriandergrün, Thaibasilikum, feine Ringe von Frühlingszwiebeln und Sojabohnenkeime verteilen.

Die Platte in den Wok oder auf einen passenden Topf setzen, in dem dreifingerhoch Wasser steht. Aufkochen, damit Dampf entsteht, die Fischwürfel darin etwa 5-8 Minuten garen.

Erst jetzt mit etwas thailändischer Fischsauce beträufeln und würzen. Dazu serviert man Reis und einen Salat, der mit Fischsauce und Sesamöl angemacht ist.