

Fisch Rezepte

Felsenfisch Wraps

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Fisch

2 Wolfsbarsche; je 600 g
- oder Red Snapper
oder kleine Seehechte
Maisstärke
Erdnussöl; zum Braten
Reispapier

1 Limette
1 Bund Basilikum
1 Bund Koriander
1 Bund Pfefferminze
200 g Sojasprossen

Marinade

1 Stängel Zitronengras
2 Essl. Fischsauce
2 Essl. Zitronensaftkonzentrat

1 Chilischote
1 Knoblauchzehe

Sauce

1 Ananas
1 Dose/n A 56 g Sardinen in Öl
2 Knoblauchzehen
2 Essl. Zitronensaft

2 Essl. Fischsauce
2 Essl. Hot Sweet Chilisauce
1 Zweig Pfefferminze

Für die Marinade Zitronengras fein schneiden und mit restlichen Zutaten pürieren, durch ein Sieb streichen. Fische seitlich einschneiden und mit Marinade bestreichen. Für die Sauce Ananas schälen, vierteln, verholzte Mitte herausschneiden. Ananas klein schneiden und mit restlichen Zutaten grob pürieren. Fische trocken tupfen, salzen; in Maisstärke wenden. Beidseitig je ca. fünf bis zehn Minuten im heißen Öl knusprig braten. Reispapier einzeln in warmem Wasser kurz einweichen; in feuchte Serviette einschlagen. Fische auf einer Platte anrichten. Limette in Schnitze schneiden, mit Kräutern, und Sojasprossen anrichten und servieren. Am Tisch füllt sich jede/r das Reispapier nach Belieben und rollt es ein. Die Sauce wird zum Dippen separat dazu serviert.