

Frittiertes Dorade-/Rotbarschfilet auf Kokos-Lemongras Lauch

Grundzubereitungsart: frittieren

Zutaten für 4 Personen

800 g Dorade-/Rotbarschfilets
1 Peperoni rot
5 cl Sonnenblumenöl¹
10 g Paprika edelsüss
10 g Sambal Oelek
600 g Lauch grün
2,5 cl Sonnenblumenöl²
25 g Gewürzmischung
Mc. Cormick (Lemongras & Coconut)
2 g Ingwerpulver
1 Zitronengras
1 cl Sojasauce
25 g Mehl

Backteig:

2 Eier
6 cl Bier (auch alkoholfreies
Bier möglich)
65 g Mehl
5 g Zwiebelsamen
5 g Sesam geröstet
Koreandergrün als Garnitur

Tipps:

Anstelle von Mehl kann für die Herstellung von Backteig auch das asiatische Tempuramehl verwendet werden.
Anstelle von Peperoniöl kann auch ein aus Resten hergestelltes Peperonicoulis verwendet werden.

Zubereitung:

1. Peperoni in Rauten oder Würfel schneiden und mit Paprika, Sambal Oelek und wenig Salz im Sonnenblumenöl¹ dünsten.
2. Eier trennen. Eigelb, Bier, und Mehl zu einem glatten Teig verrühren. Sesam und fast alle Zwiebelsamen der Masse beifügen.
3. Die Doradefilets in 2 cm breite Streifen schneiden und mit Ingwerpulver und fein geschnittenem Zitronengras marinieren.
4. Lauch in feine Streifen schneiden und im Sonnenblumenöl² andünsten. Gewürzmischung beifügen und mit wenig Wasser ablöschen. Auf kleinem Feuer weich dünsten.
5. Eiweiss zu Schnee schlagen und vorsichtig unter die Biermasse heben. Die Fischstreifen mit Sojasauce würzen und leicht mehlen. Durch den Backteig ziehen und bei 170°C in der Frittüre knusprig backen.
6. Lauch in der Mitte des Tellers anrichten. Die knusprigen Fischstreifen darauf geben und mit den Peperoni ausgarnieren. Das restliche Öl durch ein feines Sieb giessen und vorsichtig über die Peperoni verteilen. Die restlichen Zwiebelsamen darauf streuen und mit Koreandergrün garnieren.

Anrichten/Beilagen:

Als Beilage empfiehlt sich besonders Basmati- oder ein anderer Parfurreis.

Comestibles ***

