

Kabeljau-Würfel mit Curry

Zutaten:

Für 4 Personen

750g Kabeljaurückenfilet
2 Schalotten
1 Bund glatte Petersilie
Salz
1 Esslöffel Currypulver
(Madrascurry)
1 Teelöffel fein geraspelte
Zitronenschale (unbehandelt)
2 Eiweiß
2 Teelöffel Speisestärke
3 Esslöffel Öl
50g Butter oder Margarine

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an fischrezepte@dstumpf.de. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

Das Kabeljaufilet möglichst in mundgerechte Stücke schneiden. Schalotten pellen und sehr fein würfeln, Petersilie waschen, trocken von den Stielen zupfen und sehr fein hacken. Kabeljauwürfel mit etwas Salz, dem Curry, Schalottenwürfeln, Petersilie und Zitronenschale vermengen und zugedeckt 1 bis 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Danach das Eiweiß etwas aufschlagen, mit den Fischwürfeln vermengen, die Speisestärke darüber streuen. Öl und Butter oder Margarine in einer großen Pfanne erhitzen, einmal aufschäumen lassen, dann die Fischwürfel darin nebeneinander liegend rasch braten, dabei immer wieder mit zwei Gabeln vorsichtig wenden. Auf einer vorgewärmten Platte anrichten.

Dazu passen Mangochutney und Reis, der in Butter geschwenkt und kurz vor Servieren mit Cornflakes vermischt wurde.