Fischcurry



für 2 Personen

Zutaten

600g Rotbarschfilet, 4 Eßlöffel Zitronensaft, 20g Butterschmalz, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Teelöffel Curry, 1 rote Paprikaschote, 1 Chilischote, 400ml Kokosmilch, 1 Teelöffel Salz, 1 Esslöffel frische Korianderblätter

Zubereitung

1. das Fischfilet kurz abspülen und dann gut trockentupfen
2. jetzt in mundgerechte Stücke schneiden und mit 2 Esslöffeln Zitronensaft beträufeln - beiseite stellen
3. Zwiebeln und Knoblauch sehr fein hacken
4. Paprika putzen, Kerne entfernen und in kleine Stücke schneiden
5. die Chilischote halbieren, die Kerne vorsichtig entfernen und beiseite stellen.
6. Achtung, die Hände danach gut waschen - die Schärfe der Schote kommt von ihren Kernen und die Schärfe verbreitet sich schon durch Hautkontakt.
7. das Fleisch der Schote sehr fein schneiden und auch die Korianderblätter fein schneiden
8. Butterschmalz in der Pfanne auslassen und die Zwieblen und den Knoblauch darin glasig braten
9. die Paprika- und Chili-Stücke hinzugeben und anschwitzen
10. das Curry und die Korianderblätter zugeben und alles gut verrühren
11. nun die Kokosmilch zugeben sowie Salz und die restlichen 2 Esslöffel Zitronensaft unterrühren
12. alles zusammen köcheln lassen und nach Schärfewunsch einen Teil der Chilikerne einrühren.
13. stimmt die Würze und ist die Sauce ein wenig eingedickt können endlich die Filetstücke zugegeben werden
14. die Fischstücke in der Sauce in etwa 10 Minuten garen lassen

Zeitbedarf

45 Minuten

dazu paßt

weißer milder Reis