

Rezept

Garnelen-Fisch-Laksa

Ein Rezept von Garnelen-Fisch-Laksa, am 30.04.2024

Zutaten

150 g Reisfadennudeln

1 Stück Ingwer (ca. 20 g)

1 Tütchen rote Thai-Currypaste (50 g)

400 ml Kokosmilch

100 g Zuckerschoten

200 geschälte, rohe Bio-Garnelen

50 g geröstete Erdnusskerne

3 EL Limettensaft

Sambal Oelek zum Servieren

2 Knoblauchzehen

2 EL Sonnenblumenöl

200 ml Gemüsebrühe

150 g Baby-Maiskolben (aus dem Glas)

300 g Seelachsfilet

3 EL TK-Erbsen

1/2 Bund Koriandergrün

Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 595 kcal

Zubereitung

- 1. Die Reisnudeln nach Packungsanweisung garen, abschrecken und abtropfen lassen.
- Inzwischen den Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Das Öl in einem Topf erhitzen. Die Currypaste, Ingwer und Knoblauch dazugeben, alles kurz anrösten. Gemüsebrühe und Kokosmilch dazugießen, aufkochen und 5 Min. bei mittlerer Hitze kochen.
- 3. Inzwischen die Maiskolben abtropfen lassen und längs halbieren. Die Zuckerschoten waschen und schräg halbieren. Das Seelachsfilet in ca. 4 cm große Würfel schneiden. Die Garnelen entlang des Rückens leicht einschneiden und den Darm herauslösen. Die Garnelen waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen.
- 4. Den Mais, die Zuckerschoten, die Erbsen, den Fisch und die Garnelen zur Laksa geben. Aufkochen und bei schwacher Hitze 4-5 Min. sanft köcheln lassen. Inzwischen die Erdnüsse grob hacken. Den Koriander abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.
- 5. Die Laksa mit Limettensaft und Salz würzen. Die Reisnudeln auf tiefe Suppenschalen verteilen, Laksa daraufgeben. Mit Koriander und Erdnüssen bestreuen. Sambal Oelek dazu servieren.