Rezept

Würzige Fischhäppchen

Ein Rezept von Würzige Fischhäppchen, am 27.04.2024

Zutaten

400 g	Heilbutt- oder Kabeljaufilet
1	kleine Knoblauchzehe
	schwarzer Pfeffer
1	rote Zwiebel
1 Bund	Petersilie
1	Zitrone
	Salz
100 g	Radieschenpickles
1 Bund	Schnittlauch
8	Salatblätter

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Häppchen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 50 kcal

Zubereitung

1. Das Fischfilet waschen und gut trocken tupfen. Filet fein würfeln oder in etwa 2 cm große Stücke schneiden, in eine flache Form geben.

2. Den Saft der Zitrone auspressen. Knoblauch schälen, grob schneiden, mit etwas Salz bestreuen und mit einer Gabel fein zerdrücken. Beides verrühren und mit Pfeffer würzen. Die Marinade über den Fisch gießen. Radieschenpickles in einem Sieb abtropfen lassen und unter den Fisch mischen. Abgedeckt im Kühlschrank etwa 2 Std. durchziehen lassen, abschmecken.

3. Zwiebel schälen, in feine Ringe schneiden und in kaltem Wasser 5 Min. wässern, abgießen und trocken tupfen. Kräuter abbrausen, trocken schütteln und fein hacken. Salatblätter abbrausen und trocken tupfen.

4. Anrichten: Die Salatblätter nebeneinander auf der Arbeitsfläche auslegen. Jeweils in der Mitte Fisch, Zwiebel und Kräuter verteilen. Die Salatblätter über die Füllung schlagen und dann von einer Seite her zu Wraps aufrollen oder zu Päckchen binden (dafür dann Schnittlauchhalme verwenden.)