

Rezept

Asiatische Fischbällchen

Ein Rezept von Asiatische Fischbällchen, am 28.06.2026

Zutaten

1 Bund Frühlingszwiebeln	2-3 EL Öl
600 g Seelachsfilet	1 Stück Ingwer (walnussgroß)
Salz	Pfeffer
2 EL frisch gepresster Zitronensaft	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 200 kcal

Zubereitung

1. Frühlingszwiebeln putzen und waschen und das Weiße und Hellgrüne klein würfeln. Frühlingszwiebeln in 1 EL heißem Öl 3-4 Min. anbraten, herausnehmen und beiseitestellen.

2. Fischfilets kalt waschen und trocken tupfen. Erst in dünne Scheiben schneiden und dann fein hacken, sodass eine Art Fischhack entsteht. Ingwer schälen und fein reiben. Fischhack mit Salz, Pfeffer, Ingwer und Frühlingszwiebeln mischen und den Zitronensaft dazugeben. Mit angefeuchteten Händen aus der Fischmasse kleine Bällchen formen. Das restliche Öl in der Pfanne erhitzen und die Fischbällchen darin rundum ca. 15 Min. braten. Nach Belieben warm oder kalt servieren.