Rezept

Brasilianischer Fischtopf für Zwei

Ein Rezept von Brasilianischer Fischtopf für Zwei, am 15.06.2025

Zutaten

- **2** Knoblauchzehen
- Salz
- 4-6 küchenfertige Riesengarnelen (ca. 150 g)
- **1** große Zwiebel
- **1 Bund** Koriandergrün
- **1** Tetrapak cremige Kokosmilch (200 ml)
- **1 EL** Öl
- Salz
- **1** große rote Chilischote
- **250 g** Kabeljaufilet (frisch oder TK und aufgetaut)
- ca. 4 EL Limettensaft
- **1** Fleischtomate
- **2 EL** Öl
- **2** Knoblauchzehen
- **120 g** Basmati-Reis

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 725 kcal

Zubereitung

1. Den Knoblauch schälen. Die Chilischote waschen, längs halbieren, entkernen und klein schneiden. Beides im Mörser (oder Blitzhacker) mit ½ TL Salz zerkleinern. Den Fisch kalt abwaschen, mit Küchenpapier abtrocknen, in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Die Garnelen am Rücken mit einem scharfen Messer einschneiden und den Darm entfernen. Fisch und Garnelen in einer Schüssel mit der Mischung aus dem Mörser und 3 EL Limettensaft vermengen.

2. Für den Reis den Knoblauch schälen und fein schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen und den Knoblauch darin bei mittlerer Hitze ½ Min. anbraten (Vorsicht, darf nicht zu braun werden, sonst schmeckt er bitter!). Reis und ⅓ TL Salz unterrühren und ½ Min. mitbraten. 300 ml Wasser angießen, aufkochen und zugedeckt 15 Min. bei schwacher Hitze quellen lassen.

3. Inzwischen die Zwiebel schälen und hacken. Die Tomate waschen und ohne den Stielansatz klein schneiden. Das Koriandergrün waschen und trocken schütteln, Blätter und feine Stiele hacken.

4. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel darin 1 Min. anbraten. Die Tomate und die Hälfte der Kokosmilch dazugeben (Packung vor dem Öffnen kräftig schütteln) und bei starker Hitze 2 Min. einkochen lassen, gelegentlich umrühren. Fisch, Garnelen und die übrige Kokosmilch untermischen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 5 Min. schmoren lassen. Koriandergrün unterrühren und mit übrigem Limettensaft und eventuell noch etwas Salz abschmecken. Mit dem Knoblauchreis in Schalen servieren.