

Rezept

Chili-Koriander-Lachs

Ein Rezept von Chili-Koriander-Lachs, am 27.04.2024

Zutaten

- | | |
|-----------------------------------|---|
| 1 Stängel Zitronengras | 1 Stück frischer Ingwer (ca. 2 cm) |
| 1 frische rote Chilischote | 2 Frühlingszwiebeln |
| ½ Bund Koriandergrün | 1 TL Sesamöl |
| 1 EL Fischsauce | ½ Limette |
| Salz | 2 Lachsfilets (à 150 g; ohne Haut) |
| 1 EL neutrales Öl | Dämpfkorb |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Vom Zitronengras die äußeren holzigen Blätter entfernen, das weiße Innere grob hacken. Den Ingwer schälen und fein hacken. Die Chili waschen, putzen und längs aufschneiden. Die Kerne herausschaben, die Chilihälften in feine Würfel schneiden (danach die Hände waschen!).
2. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Koriandergrün waschen und trocken schütteln, Blättchen abzupfen und hacken.
3. Für die Marinade in einer kleinen Schüssel das Sesamöl mit der Fischsauce verrühren. Die Limettenhälfte auspressen, den Saft unter die Mischung rühren. Das Zitronengras, den Ingwer, die Chiliwürfel und ½ TL Salz dazugeben und untermischen. Die Hälfte des Koriandergrüns untermischen. Den Rest der gehackten Blättchen mit den Frühlingszwiebeln mischen und beiseitelegen.
4. Die Lachsfilets kalt abbrausen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Auf einen tiefen Teller legen und mit der Marinade bedecken. Lachs zugedeckt im Kühlschrank ca. 1 Std. ziehen lassen.
5. Dann den Wok zu einem Drittel mit Wasser (ca. 500 ml) füllen. Das Wasser bis knapp unter den Siedepunkt erhitzen. Den Boden eines Dämpfkorbtes mit dem neutralen Öl bestreichen.
6. Den Fisch aus der Marinade nehmen und in den Dämpfkorb legen. Den Dämpfkorb verschließen und in den Wok setzen - der Boden darf das Wasser nicht berühren. Die Lachsfilets 10 - 12 Min. über Dampf garen. Mit der Frühlingszwiebel-Koriander-Mischung bestreuen und nach Belieben im Dämpfkorb servieren. Dazu passt Jasminreis.