

Rezept

Fischbällchen mit Tomaten-Salsa

Ein Rezept von Fischbällchen mit Tomaten-Salsa, am 17.04.2024

Zutaten

600 g Fischfilet (z. B. Rotbarsch oder Seelachs)	3-4 Frühlingszwiebeln (je nach Größe)
6 Knoblauchzehen	1 rote Chilischote
1 Bund Petersilie	50 g Semmelbrösel
2 Eier (Größe M)	Salz
1 Prise gemahlener Koriander	1 Bio-Limette
500 g Tomaten	je 1/2 Bund Minze und frischer Koriander
2 EL Olivenöl	1/2 TL edelsüßes Paprikapulver
1 Prise Zucker	Öl oder Frittierfett zum Ausbacken

Rezeptinfos

Portionsgröße Reicht für 4: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

Zubereitung

1. Die Gräten aus dem Fischfleisch entfernen, das Filet mit einem großen schweren Messer schön fein hacken.

2. Von den Frühlingszwiebeln Wurzelbüschel und welke grüne Teile abschneiden. Zwiebeln waschen und fein hacken. 4 Knoblauchzehen schälen und klein würfeln. Chilischote waschen, den Stiel abschneiden. Schote mit den Kernen ganz fein zerkleinern. Petersilie abbrausen und trockenschütteln, fein hacken.

3. Fischfleisch mit Zwiebeln, Knoblauch, Chili, Petersilie, Semmelbröseln und Eiern in eine Schüssel geben. Mit Salz und gemahlenem Koriander würzen und kräftig durchkneten. Mit den Händen zu kleinen Bällchen (etwa Tischtennisballgröße) formen.

4. Für die Salsa die Limette heiß waschen und die Schale fein abreiben. Die weiße Haut von der Limette gründlich abschneiden, das Limettenfleisch fein hacken. Die Tomaten waschen und ebenfalls ganz fein schneiden, dabei die Stielansätze entfernen. Kräuter abbrausen, trockenschütteln und fein hacken. Den übrigen Knoblauch schälen und durchpressen. Alles mit dem Olivenöl mischen und mit Salz, Paprika und Zucker abschmecken.

5. Das Frittieröl oder -fett in einem weiten Topf erhitzen. Die Bällchen darin portionsweise etwa 4 Minuten frittieren, dabei immer wieder durchrühren. Mit einem Schaumlöffel aus dem Fett fischen und auf einer dicken Lage Küchenpapier abfetten lassen. Wenn alle Bällchen frittiert sind, mit Salsa essen.