

Rezept

Thailändisches Fischcurry

Ein Rezept von Thailändisches Fischcurry, am 13.05.2025

Zutaten

500 g festes Meeresfischfilet (z. B. Meerbarbe oder Kabeljau)	1 Bund Frühlingszwiebeln
2 EL Öl	1 Dose Baby-Maiskolben (in Wasser, 280 g Abtropfgewicht)
1/4 l ungesüßte Kokosmilch	1-2 EL rote Currypaste (Asienregal im Supermarkt oder Asienladen)
200 g Reisbandnudeln	Salz
4 Stängel Thai-Basilikum oder Minze	2-4 EL Sojasauce

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Pro Portion** Ca. 515 kcal

Zubereitung

1. Für die Reisnudeln Wasser zum Kochen bringen. Inzwischen das Fischfilet waschen und trocken tupfen, eventuell noch vorhandene Gräten entfernen und das Fischfilet grob würfeln.
2. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und schräg in feine Ringe schneiden. Die Maiskolben in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
3. Das Öl in einem Wok oder Topf erhitzen und die Frühlingszwiebeln darin bei mittlerer bis starker Hitze unter ständigem Rühren ½-1 Min. anbraten. Die Currypaste dazugeben und mit anbraten. Die Maiskolben unterrühren, dann die Kokosmilch dazugießen. Die Fischstücke hinzufügen und vorsichtig mit den anderen Zutaten mischen. Alles bei schwacher Hitze 4-5 Min. garen. Zwischendurch ganz vorsichtig umrühren, damit der Fisch nicht zerfällt.
4. Parallel dazu das Nudelwasser salzen und die Reisnudeln darin nach Packungsanweisung nicht zu weich garen. In ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen.
5. Das Curry mit der Sojasauce abschmecken. Das Thai-Basilikum oder die Minze waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob hacken. Das Curry damit bestreuen und mit den Reisnudeln servieren.