

Brasilianischer Fisch-Eintopf mit Reis

Für zwei Personen

Für den Eintopf:

1 Steinbuttfilet à 180 g	1 Rotbarschfilet à 180 g	6 Riesengarnelen mit Schale
1 rote Paprika	1 grüne Paprika	2 Tomaten
1 rote Chili	1 Zwiebel	4 Knoblauchzehen
2 Limetten	10 Safranfäden	400 ml Kokosmilch
400 ml Sahne	1 EL rote Currypaste	200 ml Gemüsefond
1 Bund Koriander	2 EL Sojaöl	4 EL Sonnenblumenöl
100 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Reis:

400 g Basmati-Reis	1 EL feines Salz
--------------------	------------------

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für das Moqueca de Peixe Fischfilets waschen, trockentupfen, in Würfel schneiden und mit Salz würzen. Limette halbieren und auspressen. Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blätter zupfen und fein hacken. Etwas davon beiseite stellen. Fischfilets zusammen mit Limettensaft und Koriander in einem Topf erhitzen.

Tomaten, Chili und Paprika waschen, von Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und klein schneiden. Zwiebel und zwei Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Zwiebel, Knoblauch, Paprika und Tomaten mit Sahne, Kokosmilch und Sojaöl zum Fisch geben und bei geringer Hitze köcheln lassen. 100 ml Olivenöl, Currypaste und Safran verrühren und zugeben.

Für den Reis diesen in einem Topf mit Salzwasser ca. 12 Minuten gar kochen und abgießen.

Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trockentupfen. Zwei Knoblauchzehen abziehen und hacken. Garnelen und Knoblauch in einer Pfanne mit Sonnenblumenöl ca. 2 Minuten scharf anbraten und zum Eintopf zugeben. Sahne angießen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und Koriander zugeben.

Das Moqueca de peixe mit Reis auf Tellern anrichten und servieren.

Uli Klier am 09. Juni 2016