

Seeteufel-Filet im Kichererbsen-Mantel, Chili-Salsa

Für zwei Personen

Für den Seeteufel:

2 Seeteufelfilets à 180 g	150 g Kichererbsenmehl	$\frac{1}{2}$ rote Paprika
1 EL Mehl	1 TL Zucker	1 TL Ras-el-Hanout
1 Msp. Currypulver	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	1 Muskatnuss
500 ml neutrales Öl	Salz	Pfeffer

Für die Salsa:

4 Fleischtomaten	2 Stangen Frühlingszwiebeln	3 rote Chilis
1 Knoblauchzehe	2 EL weißer Balsamico	1 Msp. gemahlener Kreuzkümmel
1 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Bulgur:

100 g feiner Bulgur	2 Schalotten	1 Limette
250 g gehackte Tomaten	50 g gekochte Kichererbsen	$\frac{1}{4}$ TL Chiliflocken
1 Msp. Kreuzkümmel	1 Msp. Fünf-Gewürze-Pulver	1 Msp. Cayennepfeffer
6 Zweige Minze	3 EL Olivenöl	$\frac{1}{2}$ TL feines Salz

Für den Joghurt-Dip:

150 g Naturjoghurt	1 Limette	6 Zweige Minze
Salz	Pfeffer	

Eine Fritteuse auf 170 Grad vorheizen. Für den Seeteufel diesen waschen, trockentupfen und in eineinhalb Zentimeter breite Medaillons schneiden, salzen, pfeffern und leicht mehlieren. Paprika vom Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und fein würfeln. Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Aus Kichererbsenmehl, Paprika, Koriander, Ras el-Hanout, Currypulver und Zucker mit 50 Milliliter eiskaltem Wasser einen Ausbackteig anrühren. Diesen mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Für die Salsa Tomaten vom Strunk befreien und auf der anderen Seite kreuzförmig einritzen. Kurz in einen Topf mit kochendem Wasser geben, in Eiswasser abschrecken, häuten, vierteln und entkernen. Tomaten fein würfeln. Chili längs halbieren und entkernen. Tomate mit Chili, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer vermischen. Frühlingszwiebeln und Knoblauch abziehen und fein hacken. Mit Olivenöl und Balsamico abschmecken.

Für den Bulgur Schalotten abziehen, fein würfeln und in Olivenöl glasig anbraten. Tomaten mitrösten, Bulgur, 200 Milliliter Wasser und Salz hinzufügen. Mit Chili, Kreuzkümmel und Fünf-Gewürze-Pulver würzen und circa zehn Minuten quellen lassen. Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Bulgur mit Limettensaft, Minze und Kichererbsen verrühren.

Mehlierte Seeteufelmedaillons durch den Backteig ziehen und in der Fritteuse goldgelb ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für den Dip Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Joghurt mit Limettenabrieb, Minze, Olivenöl, Salz und Pfeffer anrühren.

Das Seeteufelfilet im Kichererbsen-Mantel mit Tomaten-Chili-Salsa, scharfem Minz-Bulgur und Joghurt-Dip auf Tellern anrichten und servieren.

Jakob Wolf am 20. Juli 2016