

Gefüllter Weißfisch nach ländlicher Art

2 Weißfische (a 375 g)	30 g Parmaschinken	2 EL getrock. Garnelen
3 getrock. schwarze Pilze	1-2 Knoblauchzehen	60 g Maisstärke
1/2 L Öl	1 EL helle Sojasauce	2 TL Reiswein
150 ml Fischfond	frischer Koriander	
Würzmischung:		
1/2 TL Sesamöl	1/2 TL Zucker	1/2 TL Salz
weißer Pfeffer	2 TL Maisstärke	

Die Fische säubern und waschen. Beide mit einem scharfen Messer entlang der Mittelgräte aufschneiden. Diese herauslösen und wegwerfen.

Die Fische, mit der Haut nach unten, auf die Arbeitsfläche legen und mit einem Messer vorsichtig das Fleisch von der Haut trennen - die Haut muß mit Kopf und Schwanz fest verbunden bleiben, während die Filets vollständig abgelöst werden. Alle feinen Gräten aus dem Fleisch entfernen und dieses grob hacken. Dann mit der Seite einer Hackmesserklunge kräftig klopfen, bis eine glatte Paste entstanden ist. Pilze und Garnelen 25 min. einweichen.

Die Würste auf einem Rost im Wok oder in einem Dämpfer 5 bis 6 Minuten weichdämpfen. Garnelen und Pilze abtropfen lassen. Alle drei Zutaten fein würfeln und mit der Fischpaste mischen. Würzzutaten und Knoblauch hinzufügen.

Die Haut beider Fische innen dünn mit Maisstärke bepudern. Die Füllmasse in zwei Portionen teilen. Jeweils die Hälfte einer Portion auf einer Hautseite verstreichen. Die gefüllten Fische in ihre ursprüngliche Form drücken.

Dann in Maisstärke wenden und Überschuß abschütteln. Das Öl in einem Wok erhitzen. Wenn es heiß ist, die Fische braten, bis sie auf beiden Seiten eine schöne Farbe haben. Vorsichtig auf eine Servierplatte heben.

Das Öl bis auf etwa 1 Eßlöffel aus dem Wok gießen, dann Sojasauce, Wein und Brühe hineingeben. Sprudelnd kochen lassen und mit etwa 1 1/2 Teelöffeln Maisstärke, die mit etwas kaltem Wasser angerührt wurde, binden. Den Fisch mit der Sauce überziehen und mit frischem Koriander garnieren.

Chinesisch am 05. Mai 2021