

Karusche mit Lotosei

3 kleine Karuschen (a 200 g)	4 Eiweiß	75 ml Fischfond
1 EL Maisstärke	1/2 TL Salz	1/4 rote Paprikaschote
Zitronen-Abrieb	frischer Koriander	
Würzmischung:		
1 EL Reiswein	1/2 TL gerieb. Ingwerwurzel	1 EL Schalotte
weißer Pfeffer	Chilisauce	
Sauce:		
1/8 L Fischfond	Salz und Pfeffer	1 TL Reiswein
1 TL Maisstärke		
Dip:		
1 EL gehackte Ingwerwurzel	1 EL Sesamöl	

Die Karuschen säubern, in einen Topf mit kochendem Wasser geben und kurz garen. Herausnehmen, gut abtropfen lassen und enthäuten.

Nebeneinander in ein feuerfestes Gefäß legen und die bereits vermischten Zutaten hinzufügen. Auf einen Rost in den Wok oder in einen Dämpfer setzen, den Deckel auflegen und die Fische etwa 15 Minuten dämpfen, bis sie weich sind.

Eiweiß, Fischfond, Maisstärke und Salz zusammen verschlagen und in ein flaches feuerfestes Gefäß gießen. Etwa 6 Minuten dämpfen, bis die Masse fest wird. Dann 'Lotosblütenblätter' daraus schneiden.

Die Paprikaschote in dünne Streifen schneiden und in kochendem Wasser blanchieren.

Die Saucenzutaten - mit Ausnahme der Maisstärke - vermischen, in einen Wok gießen und zum Kochen bringen. Die Maisstärke mit etwas kaltem Wasser verquirlen, in die Sauce rühren und diese köcheln lassen, bis sie eindickt. Die Garflüssigkeit aus dem Gefäß, in dem die Fische gedämpft wurden, in die Sauce gießen und diese nochmals kurz köcheln.

Die Lotosblütenblätter (oder Lotosei) um die Fische legen und die Sauce darübergießen. Mit Paprika, Zitronenschale oder Eigelb und frischem Koriander garnieren. Das Gericht sofort servieren. Ingwer und Sesamöl als Dip in getrennten Schälchen reichen.

Chinesisch am 09. Mai 2021