

Fisch-Frikadelle mit Blatt-Salat, Curry-Ingwer-Dressing

Für 2 Personen

| | | |
|--------------------------------|------------------------------|----------------------------|
| 1/2 Kopfsalat | 4 Stängel frischer Koriander | 1/2 Bund glatte Petersilie |
| 80 g Toastbrot | 300 g gem. Fischfilet | 1 Ei |
| Salz, Pfeffer | ca. 100 ml Milch | 2-3 EL Butterschmalz |
| $\frac{1}{2}$ rote Chilischote | 5 g Ingwer | 1 Knoblauchzehe |
| $\frac{1}{2}$ Limette | 2 EL Olivenöl | 1 TL Currypulver, mild |

Kopfsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Koriander abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Vom Toastbrot die Rinde entfernen und das Brot in einem Cutter zu feinen Bröseln mahlen. Die Fischfilets durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen. In eine Schüssel geben und mit Ei, Semmelbröseln und Petersilie vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und langsam die Milch unterrühren. Aus der Masse kleine Frikadellen formen und diese in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten braten. Für das Dressing Chili halbieren, die Kerne austreichen und fein hacken. Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken. Von der Limette den Saft auspressen. Olivenöl, Chili, Ingwer, Knoblauch, Limettensaft, Currypulver und 1 Prise Salz, Pfeffer in einen Mixbecher geben und mit dem Pürierstab fein pürieren, abschmecken. Salatblätter mit dem Dressing anmachen, auf Tellern anrichten, die Fischfrikadellen dazugeben. Mit Korianderblättchen bestreuen und servieren.

Otto Koch 25. Mai 2012