

Kabeljau im Bierteig auf Kräuter-Gemüse-Reis

Für vier Portionen

200 g Basmatireis	250 g Mehl	1 geh. TL Backpulver
1 TL Zucker	1 TL Salz	1 Ei
250 ml Bier	Pflanzenöl	700 g Kabeljau-Filet
Salz	Pfeffer	Mehl
2-3 Stiele Thymian	2-3 Stiele Rosmarin	2-3 Stiele Petersilie
2-3 Stiele Kerbel	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote	1 rote Zwiebel	100 g Erbsen
30 g Butter		

Den Basmatireis in einem Sieb abbrausen und mit 300 Milliliter Wasser in einen Topf geben. Einen halben Teelöffel Salz zufügen und zum Kochen bringen. Den Reis abgedeckt auf kleiner Flamme etwa 15 bis 18 Minuten ausdämpfen lassen.

In der Zwischenzeit den Teig anrühren. Dafür das Mehl mit dem Backpulver, Zucker und dem restlichen Salz mischen. Ei und Bier verquirlen und unter das Mehl rühren. Reichlich Pflanzenöl in einem Topf auf 160 Grad erhitzen.

Den Kabeljau in drei Zentimeter breite Streifen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und im Mehl wenden. Fisch durch den Backteig ziehen und im heißen Fett schwimmend ausbacken. Mit einer Schaumkelle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Paprikaschoten waschen, halbieren, entkernen und würfeln. Zwiebel schälen und kleinwürfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln, Paprika und Erbsen darin anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Kräuter abbrausen, trockenschütteln und kleinhacken. Das Gemüse und die Kräuter unter den fertigen Reis mischen.

Reis in Tellern anrichten und den Kabeljau in Bierteig darauf legen.

Horst Lichter am 17. Oktober 2015