



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 283

Rice Bowl mit knusprigem weißem Fisch und Peanut Rayu



15 Minuten



20 Minuten



35 Minuten

Zutaten für 2 Personen

200 g Jasmin Reis

300 g weißes Fischfilet

50 g Maisstärke



Salz nach Bedarf



Schwarzer Pfeffer nach Bedarf



Öl zum Anbraten

½ Gurke in dünnen Scheiben

100 g gekochte Edamame

1 Avocado, geschnitten

1 Handvoll Petersilie, gehackt



1 TL Sesam, geröstet



3-4 TL Peanut Rayu

Rezept

Zuerst den Jasminreis nach Packungsanleitung zubereiten. Nach dem Kochen mit einer Gabel auflockern und beiseitestellen. Die Weißfischstücke mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen. Jedes Stück gründlich in Maisstärke wenden und überschüssige Stärke abschütteln.

In einer Pfanne ausreichend Öl erhitzen. Den panierten Fisch portionsweise braten, bis er goldbraun, knusprig und gar ist, dabei gelegentlich wenden, damit er gleichmäßig bräunt. Auf einen mit Küchenpapier ausgelegten Teller geben.

Den Jasminreis auf zwei Schüsseln oder Teller verteilen. Den knusprigen Fisch, die Gurke, die Edamame und die Avocado darauf anrichten. Mit frischer Petersilie und Sesamkörnern garnieren und anschließend großzügig mit Peanut Rayu beträufeln. Sofort servieren, solange der Fisch noch heiß und knusprig ist.

Guten Appetit!