

Fischsalat mit Kräutern



4-6 Personen

- 500 gr. geräucherter Kabeljau
- 3 EL Limettensaft
- 30 gr. Kokosflocken
- 200 gr. thailändischer Duftreis, gekocht und abgekühlt
- 25 gr frische vietnamesische Minze
- 3 EL-frische Minze- gehackt
- 25 gr. frische Korianderblätter, gehackt
- 8 Kaffir-Limettenblätter, in sehr feine Streifen geschnitten

Dressing

- 1 EL-frische Korianderwurzeln, gehackt
- 2 cm frischer Ingwer, fein gerieben
- 1 roter Chili, feingehackt
- 1 EL Zitronengras (nur der weiße Teil), gehackt
- 3 EL-frisches thailändisches Basilikum, gehackt
- 1 Avocado, kleingeschnitten
- 80 ml Limettensaft
- 2 EL Fischsauce
- 1 TL brauner Zucker
- 125 ml Erdnussöl

Schritt 1

Den Ofen auf 150° C vorheizen. Den Kabeljau in einer großen Pfanne mit Wasser bedecken, den Limettensaft zugießen und 15 Minuten köcheln lassen, bis sich der Fisch beim Gabeltest leicht zerteilen lässt. Abtropfen lassen und beiseite stellen, damit er vor dem Zerlegen in mundgerechte Stücke etwas abkühlt.

Schritt 2

Kokosflocken auf einem Backblech ausbreiten und etwas 10 Minuten goldbraun anrösten, das Backblech gelegentlich rütteln und sofort vom Backblech nehmen wenn die Flocken goldgelb sind.

Schritt 3

Fisch, Kokosflocken, Reis, vietnamesische Minze, Minze, Koriander und Limettenblätter in einer großen Schüssel mischen.

Schritt 4

Für das Dressing Korianderwurzeln, Ingwer, Chili, Zitronengras und Basilikum in einer Küchenmaschine mischen. Avocado, Limettensaft, Fischsauce, Zucker und Erdnussöl zugeben und verarbeiten, bis es cremig ist.

Schritt 5

Das Dressing über den Salat gießen und die Schale leicht rütteln damit sich der Reis und die Fischstücke überziehen.

Schritt 6

In einer Schale anrichten und dekorieren, nach persönlichem Geschmack.

Beilage:

Frühlingsrolle (sh. gesondertes Rezept)