

Thai-Fischküchlein mit grünen Bohnen und süß-saurer Gurken-Sauce

 happy-mahlzeit.com/2019/07/13/thai-fischkuechlein-mit-gruenen-bohnen-und-suess-saurer-gurken-sauce/

Zutaten für 4 Personen:

- 450g Seelachsfilet, enthäutet und in Stücke geschnitten
- 40g grüne Bohnen, in feine Röllchen geschnitten
- 1 EL Thai-Fisch-Sauce
- 1 EL thailändische rote Curry-Paste
- 1 Kaffir-Limettenblatt oder 1 Streifen Limettenschale, in feine Streifen geschnitten
- 1 EL gehackte Korianderblätter
- 1 Ei
- 1 TL Palmzucker oder brauner Rohrzucker
- 1/2 TL Salz
- 150ml Erdnuss-oder Sonnenblumenöl

Für die Gurken-Sauce:

- 50g Salatgurke, in sehr feine Würfel geschnitten
- 25g Möhre, in sehr feine Würfel geschnitten
- 25g Zwiebel, sehr fein gehackt
- 2 rote Vogelaugen-Chilis, in feine Ringe geschnitten
- 50ml Weißwein-Essig
- 100g feiner Zucker
- 1 1/2 EL Wasser
- 2 TL Thai-Fisch-Sauce

Zubereitung:

Für die Sauce den Essig, Zucker und das Wasser in einem kleinen Topf langsam erhitzen, bis sich der Zucker gelöst hat. Aufkochen, 1 Minute kochen und dann auskühlen lassen.

Die Fisch-Sauce, Gurken-, Möhren-, Zwiebelwürfel und die Chilis einrühren. Die Sauce in 4 kleine Schälchen füllen und beiseite stellen.

Für die Fischküchlein die Seelachsstücke mit Fisch-Sauce, Curry-Paste, Limettenblatt oder -schale, Korianderblätter, Ei, Zucker und Salz im Mixer zu einer glatten Masse verarbeiten. Die Bohnen untermischen. Die Masse in 16 Portionen teilen, jede zu einer Kugel rollen, flach drücken und zu 6cm großen Küchlein formen.

In einer großen Bratpfanne das Öl erhitzen und die Fischkühlein portionsweise von jeder Seite 1 Minute goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit der süß-sauren Gurken-Sauce servieren.

Rezept: Rick Stein