

Kabeljau-Filet mit Shiitake-Zucchini-Glas-Nudeln

Für 2 Personen

200 g Kabeljaufilet	100 g Glasnudeln	1 unbehandelte Limette
100 g Baby-Zucchini	40 g Shiitake-Pilze	25 g Ingwer
2 Schalotten	1 Chilischote	1,5 Stangen Zitronengras
30 g Butter	2 EL Schlagsahne	0,5 TL Sambal-Oelek
2 EL Sesamöl	2 EL Fischsoße	1 EL Oystersoße
2 EL Sojasoße	250 ml ungesüßte Kokosmilch	1 EL Zitronenpfeffer
Chili	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Ingwer schälen und die Schalotten abziehen. Beides in Scheiben schneiden. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und von den Scheidewänden befreien. Die Zitronengrassstangen zerstampfen und mit den übrigen Zutaten in der Pfanne mit einem Esslöffel Sesamöl anschwitzen. Die Limettenschale abreiben. Die Kokosmilch und den Limettenabrieb begeben, mit Salz und Pfeffer würzen und das Ganze auf 70 Grad erhitzen. Die Kabeljaufilets waschen, trocken tupfen, halbieren, mit Salz und dem Zitronenpfeffer würzen und in den Sud einlegen. Anschließend zugedeckt etwa 12 Minuten pochieren. Wasser zum Kochen bringen. Die Glasnudeln mit kochendem Wasser übergießen, etwa drei Minuten einweichen, abseihen und klein schneiden. Die Zucchini von den Enden befreien und in Streifen schneiden. Die Shiitake putzen und ebenfalls klein schneiden. Zwei größere Shiitakepilze halbieren. Zehn Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Hälften kurz anrösten und salzen. Einen Esslöffel Sesamöl in einer weiteren Pfanne erhitzen und darin zunächst die Shiitake, dann die Zucchini anschwitzen. Anschließend die Fischsoße, die Oystersoße, das Sambal Olek, die Sojasoße und die Glasnudeln untermengen und mit Salz, Pfeffer und Chili aus der Mühle abschmecken. Das Kokosmilchgemisch in kleinen Topf abseihen. Die Sahne steif schlagen und mit der übrigen Butter die aufschäumen. Den Kabeljau mit den Gemüseglasnudeln auf Tellern anrichten und mit dem Kokosmilchsud garnieren.

Ilse Digby am 06. Oktober 2010