

Kabeljau mit Ingwer-Soja-Glasur und Honig

Für 4 Personen:

4 Kabeljaufilets	60 ml Sojasauce	2 EL Honig
2 EL Reissessig	1 EL Ingwer	2 Knoblauchzehen
1 EL Sesamöl	60 ml Wasser	1 EL Maisstärke
2 Frühlingszwiebeln, Scheiben	1 EL Sesamsamen	

Den Ofen auf 200°C vorheizen.

Eine Backform leicht einfetten und die Kabeljaufilets hineinlegen.

In einer kleinen Schüssel Sojasauce, Honig, Reissessig, geriebenen Ingwer, gehackten Knoblauch und Sesamöl vermischen.

Die Soße über die Kabeljaufilets gießen und gleichmäßig verteilen.

Die Filets für 15-20 Minuten backen, bis der Fisch durchgegart ist und sich leicht mit einer Gabel zerteilen lässt.

Währenddessen in einem kleinen Topf Wasser und Maisstärke vermischen, bis sich die Maisstärke vollständig aufgelöst hat.

Die Mischung unter Rühren erhitzen, bis sie eingedickt ist und eine glänzende Konsistenz hat.

Die gebackenen Kabeljaufilets aus dem Ofen nehmen und mit der eingedickten Soße beträufeln.

Mit Frühlingszwiebeln und Sesamsamen garnieren und sofort servieren.

NN am 21. Juni 2024