

Limetten-Steinbutt mit Mango, Basmatireis, Chili-Soße

Für zwei Personen

Für den Steinbutt:

325 g Steinbuttfilet

1 EL Limonen-Olivenöl

70 g Weißbrot

1 Limette

gemahl. Koriander

2 EL Butterschmalz

60 g Butter

Chili

Salz, Pfeffer

Für die Mango und den Reis:

1 Mango

1TL Sesamöl

75 g Basmatires

Für die Pekannuss-Chili-Sauce:

1 Limette

100 ml Fischfond

1TL Speisestärke

50 g Pekannüsse

Salz

Chili

Für den Steinbutt in Limettenkruste:

Backofen auf Grillfunktion vorheizen.

Limettenschale fein reiben. Butter in einer Schale cremig rühren.

Limettenschale und das Limonen-Olivenöl unterrühren. Butter mit Chili und Koriander würzen und alles gut verrühren.

Weißbrot entrinden, im Mixer fein zerbröseln und unter die Butter rühren. Fisch waschen und trockentupfen. Mit Salz und Koriander würzen und in 6 gleich große Stücke schneiden. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Fischstücke darin von jeder Seite 2 Minuten braten.

Herausnehmen und in eine große Auflaufform legen. Die Buttermasse darauf streichen und den Fisch im Backofen goldbraun gratinieren.

Für die Mango und den Reis:

Mango mit einem Sparschäler schälen und das Fruchtfleisch in großen Stücken vom Stein schneiden. Sesamöl in einer Grillpfanne erhitzen und die Mangostücke darin mit den Schnittflächen nach unten anbraten. Den Basmatireis in einem Topf in Salzwasser kurz aufkochen.

Anschließend zugedeckt bei sehr milder Hitze garen.

Für die Pekannuss-Chili-Sauce:

Die Limette heiß abwaschen, gut abtrocknen und die Schale mit einem Zestenreißer in schmalen Streifen abziehen.

Fischfond erhitzen. Speisestärke mit wenig kaltem Wasser anrühren und den Fond damit leicht binden. Dann die Limettenzesten und die Pekannüsse unterrühren, die Sauce mit Salz und Chili würzen und warm halten.

Die Fischfilets mit der Mango, dem Reis und der Pekannuss-Chili-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Silvia Fernandes am 06. Juni 2019