

Kabeljau-Ceviche, Mango, Erdnüsse, Avocado, Mayonnaise

Für zwei Personen

Für die Ceviche:

200 g frisches Kabeljaufilet	1 rote Zwiebel	2 Limetten
1 reife Mango	2 EL Erdnüsse	1 kleines Stück Ingwer
2 Zweige Koriander	getrocknete Chiliflocken	Salz

Für die frittierte Avocado:

1 reife Avocado	4 EL Panko Paniermehl	1 Ei
200 ml Sonnenblumenöl	Salz	

Für die Mayonnaise:

1 Limette	1 Ei (Größe L)	100 ml Sonnenblumenöl
$\frac{1}{2}$ TL Tafelsenf	1 Zweig Koriander	Chiliflocken, Salz

Für die Ceviche: Den Kabeljau waschen, trockentupfen und in ca. 1 x 1 cm große Würfel schneiden. Kabeljau in ein Gefäß geben, mit etwas Salz würzen und ca. 2 Minuten ziehen lassen. Limetten halbieren, auspressen, Saft auffangen und zum Kabeljau geben. Mehrmals umrühren und den Fisch darin ca. 15 Minuten ziehen lassen (Die Säure lässt die Proteine des Fisches denaturieren - der Fisch wird so kalt gegart).

Mango schälen und halbieren. Die Filets, welche links und rechts des innenliegenden ovalen Kerns verlaufen, abschneiden und die Hälfte in kleine Würfel zerteilen. Erdnüsse fein hacken. Koriander abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zwiebel abziehen, halbieren und eine Hälfte in hauchdünne Scheiben schneiden. Zwiebel-Scheiben in ein Gefäß geben, mit etwas Salz würzen, mehrmals umrühren und ca. 5 Minuten stehen lassen. Zwiebeln mit Wasser abwaschen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen, sodass die Zwiebeln an Schärfe verlieren und milder im Geschmack werden. Ingwer waschen, trockentupfen und klein hacken.

Limettensaft vom Kabeljau abgießen. Kabeljau mit Zwiebeln, Koriander, Ingwer und Chili vermengen. Kabeljau mit Mango und Erdnüssen der Reihe nach in einem Servierring schichten. Bei der Zubereitung von Ceviche fällt die sogenannte Leche de tigre als Nebenprodukt an. Die Tigermilch aus dem Fisch- und Limettensaft und Gewürzen wird in Peru gern getrunken und als Aperitiv oder eigene Vorspeise genossen. Man sollte sie sofort verwenden, im Kühlschrank hält sie sich maximal vier Stunden, es sei denn, man findet sie abgepackt im Supermarkt.

Für die frittierte Avocado: Avocado halbieren und das Fruchtfleisch einer halben Avocado mit einem Esslöffel vorsichtig herauslösen, ohne das Fruchtfleisch dabei zu beschädigen. Avocado-Hälfte in vier längliche, gleichmäßig dicke Scheiben schneiden.

Ei in einem tiefen Teller verquirlen und mit einer Prise Salz würzen.

Panko Paniermehl in einen tiefen Teller geben. Avocado-Scheiben (wie bei einem Schnitzel), zuerst in die Eimasse und danach in dem Panko Paniermehl geben. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Avocado-Scheiben darin ca. 1 Minute von jeder Seite goldbraun braten.

Anschließend auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

Für die Mayonnaise: Ei trennen und Eigelb auffangen. Eigelb zusammen mit Senf in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit einem Handrührgerät verrühren. Nach und nach vorsichtig das Öl hinzufügen, bis eine Mayonnaise entsteht.

Limette halbieren, auspressen und 1 TL Saft auffangen. Koriander abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Limettensaft und 1 TL gehackten Koriander zur Mayonnaise geben und mit Salz und Chili abschmecken.

Patrick Ruhe am 19. Mai 2020