

# Seeteufel-Filet mit Soja-Ingwer-Chili-Soße, Spinat

**Für zwei Personen**

**Für den Seeteufel:**

2 Seeteufelfilets                      Sesamöl                      Salz

**Für die Sauce:**

1 rote Chilischote                      2 cm Ingwer                      1 Limette, Abrieb, Saft

1 EL Honig                      6 EL dunkle Sojasauce

**Für den Blattspinat:**

400 g Blattspinat                      2 Knoblauchzehen                      1 mittelgroße Zwiebel

Butter                      1 EL Sesamöl                      Salz, bunter Pfeffer

**Für den Seeteufel:**

Den Fisch salzen und in Öl für 5-6 Minuten in einer Pfanne braten.

**Für die Sauce:**

Ingwer schälen und Chili entkernen. Beides fein würfeln und mit Abrieb einer Limette, Honig und Sojasauce vermengen. Mit Limettensaft abschmecken. Im Anschluss in einem Topf erwärmen, jedoch nicht zum Kochen bringen.

**Für den Blattspinat:**

Knoblauch und Zwiebel abziehen, würfeln und in Sesamöl glasig braten.

Blattspinat in die Pfanne geben und 2 Minuten dünsten. Etwas Butter dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, danach warm halten.

Gericht in einer Schale anrichten und servieren.

Gabriele Jöhnck am 08. April 2025