

Fünf-Weiden-Fisch

1 Barsch, 450 g	1 kleine Möhre	2 Blätter eingel. Kohl
2 getrock. schwarze Pilze	Vi grüne Paprikaschote	5 Sch. Ingwerwurzel
2 EL Öl		

Würzmischung/Sauce:

1/8 L Fischfond	2 TL Reiswein	1 EL Hühnerfett,
1/2 TL Salz	1/2 TL Zucker	gemahl. Sternanis
1 TL Maisstärke		

Die Pilze 25 min., den Kohl 10 min. einweichen.

Den Fisch säubern und schuppen. Auf beiden Seiten mehrmals schräg einschneiden. In ein feuerfestes Gefäß legen und auf einen Rost in den Wok oder in einen Dämpfer setzen. Zugedeckt über köchelndem Wasser dämpfen, bis er beinahe gar ist. Herausnehmen und zum Abtropfen auf einen Rost legen.

Möhre, abgetropften Kohl, Pilze, Paprika und Ingwer in dünne Streifen schneiden.

Das Öl in einem Wok erhitzen und den Fisch hineingleiten lassen. Bei mittlerer Hitze behutsam braten, bis er gar und auf beiden Seiten leicht knusprig ist. Auf eine Platte legen und warm halten.

Die in Streifen geschnittenen Gemüse getrennt in Häufchen in den Wok geben. Die bereits vermischten Würz- und Saucenzutaten, ausgenommen die Maisstärke, dazugießen. Sanft kochen lassen, dabei gelegentlich sehr vorsichtig umrühren, so daß die Zutaten nicht vermischt werden. Einzeln herausheben und auf dem Fisch anrichten. Die Maisstärke mit etwas kaltem Wasser mischen und in die Sauce rühren. Kochen lassen, bis sie dick und klar wird. Über den Fisch gießen und das Gericht sofort servieren.

Chinesisch am 06. Mai 2021