

Schnelle Asia-Fischfrikadellen

Zutaten für 4 Frikadellen

600 g Lachsfilet ohne Haut und Gräten

1 Stängel Zitronengras

1 Stück frischer Ingwer (ca. 6 cm)

½ Bund Koriandergrün ca. 15 g

4 TL Chilikonfitüre (gibt es online zu kaufen, eventuell auch im Asia Markt)

Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1 EL Olivenöl

Zubereitung

Das Zitronengras auf der Arbeitsfläche weichklopfen und von der harten äußeren Blattschicht befreien. Den Ingwer schälen und mit dem Zitronengras und dem Großteil des Korianders, samt Stielen, fein hacken. Ein paar schöne Stiele für die Deko kaltstellen.

Das Lachsfilet in die Ingwermischung auf das Brett legen und in 1 cm breite Stücke schneiden. Die Hälfte vom Lachs beiseiteschieben und den Rest sehr fein zerhacken bis alles fast wie eine Paste ist. Dann die gröberen Stücke untermischen und alles mit Meersalz und schwarzem Pfeffer abschmecken. Dann 2 cm dicke Frikadellen formen.

Zubereitung

In einer großen beschichteten Pfanne 1 EL Olivenöl bei mittlerer bis hoher Temperatur erhitzen. Die Frikadellen hineinlegen und von jeder Seite ca. 2 Minuten braten bis sie schön gebräunt sind. Beiseite stellen und warm halten. Jetzt schnell die 4 TL Chilikonfitüre in der Pfanne mit ca. 2-3 EL Wasser auflösen, nicht zu wässrig machen, und auf die Frikadellen streichen. Man kann die Frikadellen noch mit ein paar Tropfen nativem Olivenöl beträufeln.

Schließlich mit den Koriander Blättern anrichten. Als Beilagen Brokkoli und Udon Nudeln.

Unsere Weinempfehlung:

Ein Weissburgunder von Tina Pfaffmann aus der Pfalz.

Guten Appetit!