



von Kerstin Jürgens und ihren Kindern

Thailändische Dorade in Würzsoße

Zutaten für 2 Personen:

- 2 küchenfertige Fische à 700-800g
- Salz und Pfeffer
- 100g Thaicharlotten
- 3 große rote Chilischoten
- 1 rote Paprika
- ½ Bund Thaibasilikum
- 100 ml Erdnussöl
- 3 Eßl. Mehl
- 1 Eßl. Palmzucker oder braunen Zucker
- 5 Eßl. Helle Sojasoße
- 4 Eßl. Fischsoße

Die Fische waschen und abtupfen, auf beiden Seite 4 cm tief einschneiden und von innen und außen salzen und pfeffern. Charlotten abziehen, Chilis halbieren, putzen und entkernen und waschen.

Die Paprika analog verarbeiten und beides in feine Streifen schneiden. Das Basilikum waschen, die Blätter abzutupfen und 2/3 zerrupfen, 1/3 als Dekoration zur Seite stellen.

Das Öl in der Pfanne erhitzen und die in Mehl gewendeten Fische von jeder Seite goldbraun braten und danach warm stellen.

Das Bratöl bis auf 2 Eßl. abgießen und das Gemüse darin 3 Min. unter Rühren anbraten. Zucker, Sojasoße, Fischsoße und etwas Wasser hinzufügen und alles aufkochen lassen.

Das zerpfückte Basilikum einrühren.

Die Soße in kleinen Schalen zum Fisch servieren, nachdem der mit dem restlichen Basilikum dekoriert wurde.

Dazu kann man sehr gut Reis essen.

Bei diesem Essen kommt der Uhami (der 5. Geschmacksinn) voll auf seine Kosten.