



Kokossuppe mit Kabeljau

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zutaten für 4 Personen:

4 Wildkabeljau Rückenfilets
2 TL Rapsöl 20 g Ingwer
1 Knoblauchzehe
1 TL grüne Thai Curry Paste
500 ml Fischfond
250 g Bimi (Spargelbrokkoli)
150 g Zuckerschoten
200 g fettreduzierte Kokosmilch
200 g Reisnudeln als Bandnudeln Koriander
gemahlen, brauner Zucker, Salz
Limettensaft, Cayennepfeffer, Fischsoße,
Sojasoße



Zubereitung:

1. Den Ingwer schälen und fein hacken.
2. Die Knoblauchzehe schälen und pressen.
3. Bimi waschen und lediglich die Stängel etwas abschneiden. Ggf. einzelne Stangen etwas verkleinern. Ansonsten kann der Spargelbrokkoli im Ganzen verzehrt werden.
4. Zuckerschoten waschen und in Streifen schneiden.
5. Aufgetaute Fischfilets waschen, trocknen und in grobe Würfel schneiden.
6. Reisnudeln mit kochendem Salzwasser übergießen und gar ziehen lassen.
7. Rapsöl in einer Wokpfanne erhitzen und Knoblauch zusammen mit Ingwer und Curry Paste kurz andünsten.
8. Bimi und Zuckerschoten zugeben und für ca. 2 Minuten mit andünsten.
9. Fischfond zugießen und kurz aufkochen lassen.
10. Kokosmilch untermischen und gut verrühren. Ab hier nicht mehr aufkochen lassen, da die Kokosmilch sonst ausflockt. Fischwürfel zugeben und in der noch heißen Suppe gar ziehen lassen.
11. Reisnudeln untermischen und mit gemahlenem Koriander, braunem Zucker, Salz, ein paar Spritzer Limettensaft, Cayennepfeffer, Fisch- und Sojasoße abschmecken.