Gedämpfter Korallenbarsch mit Ingwer

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	30 Min.
Garzeit	18 Min.
Portionen	4
Gerät	Combair-Steam SE ab 2015

Zubereitung

1 Korallenbarsch, à 650 g

100 g Ingwer

Salz

½ Bund Frühlingszwiebeln, grün

2 EL Pflanzenöl

4 EL Fisch-Sojasauce

1 Bund Korianderblätter

Korallenbarsch entschuppen und reinigen, von aussen und innen salzen und auf das gelochte Edelstahlblech geben. Ingwer schälen und in feine Streifen schneiden. Eine Hälfte vom Ingwer in den Bauch des Fisches geben und die andere Hälfte auf dem Fisch verteilen.

Garraum auf 80 °C mit Dämpfen (vor)heizen

Blech in den vorgeheizten Garraum geben. Dämpfen.

Gargut einschieben

Dämpfen 80 °C während 18 Min.

Grün der Frühlingszwiebeln in feine Streifen schneiden. Fisch-Sojasauce in einen kleinen Topf geben und bei schwacher Hitze heiss werden lassen. Pflanzenöl in einem anderen kleinen Topf erhitzen, bis es raucht.

Wenn der Fisch gegart ist, die angesammelte Flüssigkeit abschütten. Frühlingszwiebeln darauf verteilen und in einem dünnen Strahl die heisse Fisch-Sojasosse darüber geben.

Pflanzenöl darübergiessen, Korianderblätter darauf verteilen und den Fisch sofort servieren.

Zubehör

Edelstahlblech

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	11.12.2019