

Isabel Varell | Rotes Thai-Curry mit Lachswürfeln und Basmati-Reis

 happy-mahlzeit.com/2021/10/21/isabel-varell-rotes-thai-curry-mit-lachswuerfeln-und-basmati-reis

Zutaten für 2 Personen

Für den Reis:

- 200 g Basmati-Reis
- Salz

Für den Fisch:

- 180 g Lachsfilet mit Haut
- 1 Limone
- 500 ml Fischsauce
- 2 EL Rapsöl

Für das Curry:

- 2 Pak Choi
- 4 Lotuswurzel-Gemüse, gefroren
- 2 Schalotte
- 2 EL Rote Thai-Currypaste
- 3 cm Ingwer
- 8 Knoblauchzehen
- 400 ml Kokosmilch
- 400 ml Sojasauce
- 2 Stangen Zitronengras
- 4 Zweige Thaibasilikum
- 6 Kaffirlimettenblätter, gefroren
- 4 kleine, rote Chilischoten
- 1 Bund Koriander
- 50 g Palmzuckerzylinder
- 30 g Cashewkerne
- Olivenöl

Zubereitung:

Den Reis im Sieb spülen, in einem Topf mit doppelter Menge gesalzenem Wasser aufsetzen, aufkochen und 13 Minuten köcheln lassen.

Für den Fisch die Limone halbieren und auspressen. Den Lachs in Würfel schneiden, mit Limonensaft und Fischsauce in einer Schüssel vermengen und 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend in einer Pfanne mit Rapsöl von jeder Seite 4 Minuten anbraten. Danach zur Seite stellen.

Für das Curry Kaffirlimettenblätter, Zitronengras, Thaibasilikum, Koriander abbrausen, trockenwedeln und in feine Streifen schneiden. Knoblauch und Schalotten abziehen, Ingwer schälen, Chili waschen, halbieren und entkernen. Anschließend alles hacken. Pak Choi und Lotuswurzel in Scheiben schneiden.

Öl im Wok erhitzen. Knoblauch, Chili, Ingwer und Schalotte im Öl anbraten. 1 – 2 EL Currypaste hinzufügen und unter ständigem Rühren kurz anbraten. Mit Kokosmilch ablöschen. Kefirblätter, Zitronengras, Thaibasilikum und Cashewkerne hinzufügen. 3 Minuten köcheln lassen. Pak Choi und Lotuswurzel hinzufügen. Weitere 5 Minuten köcheln lassen. Mit Palmzucker und Sojasauce abschmecken.

Rotes Thai-Curry mit Lachswürfeln und Basmati-Reis auf Tellern anrichten, mit Koriander garnieren und servieren.

Rezept: Isabel Varell

Quelle: Die Promi-Küchenschlacht vom 7. November 2016

Episode: Leibgerichte