

CHILI-FISCH MIT KOKOSREIS

REIS FÜR 4 PERSONEN

200 g Basmatireis

2 ½ dl Kokosmilch

1 dl Wasser

50 g Kokosnuss-Streifen

½ TL Salz

Reis kurz spülen, mit Kokostreifen in Salzwasser und Kokosmilch aufkochen. Ca. 15 min. köcheln, zugedeckt 10 min. quellen lassen.

FISCH

1 EL Erdnussöl

600 g Dorschfilets Royal (MSC)

½ TL Salz

1 Bio-Limette,
abgeriebene Schale und Saft

2 EL flüssiger Honig

1 EL Sriracha-Sauce

2 TL Ingwer

1 Knoblauchzehe

300 g Jungspinat

¼ TL Salz

1 roter Chili
entkernt, in Ringen

Fisch salzen und beidseitig 2 min. anbraten.

Limettenschale und Saft mit Honig, Sriracha, Ingwer und Knoblauch begeben, einköcheln.

Fisch herausnehmen und mit Spinat und Reis anrichten, Chili darüberstreuen.

