

Seelachsfilet mit Lauchzwiebeln in schwarzer Bohnen-Sauce mit Reis

Nach diesen vielen Gerichten mit Pasta als Beilage oder auch Hauptzutat für das jeweilige Gericht bereite ich einmal wieder ein Gericht mit einer anderen Beilage zu, nämlich mit Reis. Und dies dann asiatisch.

Als Hauptzutat Seelachsfilet. Dazu Lauchzwiebeln.

Da ich das Gericht asiatisch im Wok zubereite, wird natürlich nicht mit Salz und Pfeffer gewürzt. Sondern mit schwarzer Bohnen-Sauce für Würze. Und Fisch-Sauce für Salzigkeit.

Zum Anbraten des Filets und der Lauchzwiebeln verwende ich einmal mein selbst zubereitetes Gewürz-Öl mit Chili und Knoblauch.

Normalerweise serviere ich dieses Gericht – wie man es erwarten würde – als asiatisches Gericht in Schalen mit Stäbchen. Diesmal bin ich jedoch davon abgewichen und serviere es einfach als Reis-Gericht in einem tiefen Teller mit Löffel.

[amd-zlrecipe-recipe:189]