

Fischfilet mit acht unterschiedlichen Auflagen

Zutaten für 4 Personen

1kg verschiedene Fischfilets

Salz, Zitronenpfeffer

1 Packung Club-Kracker

1 Bund glatte Petersilie

oder Kräuter nach Wahl

250g körniger Frischkäse

125g Hokkaidokürbis, entkernt

125g Zucchini

3cl BBQ Sauce

2cl Ketjap Manis Sauce

oder wahlweise Teriaky Sauce

2 EL geschälter Sesam

1 EL Schwarzkümmel

oder schwarzer Sesam

3 EL Amarantpopcorn

1 Bogen Backpapier

Zubereitung

1. Die Fischfilets mit Küchenpapier abtupfen. Um die Gräten zu finden, vorsichtig mit dem Finger über jedes einzelne Filet streichen und dann mit einer Grätenzange oder einer Pinzette ziehen. Nun die grätenfreien Filets portionieren.
2. Nun die unterschiedlichen Auflagen vorbereiten:
Clubkracker mit der gewaschenen und trockengeschleuderten Petersilie sowie Zitronenpfeffer pürieren.
Den Hokaidokürbis auf einer Möhrensichel raspeln, mit körnigem Frischkäse vermengen und mit Salz und Zitronenpfeffer abschmecken.
Zucchini waschen und ebenfalls raspeln und mit körnigem Frischkäse vermengen, mit Salz und Zitronenpfeffer abschmecken, je nach Geschmack zusätzlich Kräuter unterheben
BBQ-Sauce, Ketjap Manis-Sauce, Sesam mit Schwarzkümmel, Amarantpopcorn und Sweet Chili-Sauce in Schälchen füllen.
3. Die portionierten Fischfilets mit Salz und Zitronenpfeffer würzen.
4. Anschließend die Fischfilets auf die acht Sorten Auflagen aufteilen:
Ketjap Manis-Sauce und Sesam mit Schwarzkümmel:
Den Fisch zuerst mit einer Seite in die Ketjap Manis-Sauce und anschließend in das Sesam-Schwarzkümmelgemisch tauchen und auf ein Ofenblech mit Backpapier legen
Das gleiche Prinzip mit der Sweet Chili-Sauce und dem Amarantpopcorn
Die restlichen Fischwürfel auf das Backblech legen und jeweils entweder mit der Hokkaido-Auflage oder der Zucchini-Auflage belegen oder mit der BBQ-Sauce bestreichen.
5. Das Backblech mit den unterschiedlich belegten Fischfilets im vorgeheizten Backofen (200°C) für etwa fünf bis sieben Minuten garen. Sollte Ihnen der Fisch nicht gar genug sein, so lassen Sie ihn einfach noch etwas auf dem heißen Backblech ziehen.

Dazu passt ein bunter Salat mit Dressing, verschiedene Dips, rustikales Brot und Butter.

Guten Appetit!

