

### FISCH

1kg verschiedene, frische Fischfilets

### TOPPINGS

Salz, Zitronenpfeffer, 1 Packung Club Cracker, 1 Bund glatte Petersilie, 1 Bund Gartenkräuter, 250g körniger Frischkäse, 125g Hokkaidokürbis, gewaschen und entkernt, 1/2 Zucchini, 50 ml BBQ-Sauce, 50 ml Ketjap Manis Sauce oder Teriaky Sauce, 2 EL geschälter Sesam, 1 EL Schwarzkümmel oder schwarzen Sesam, 3 EL Amaranthpopkorn, 2 EL Sweet Chilisauce

### BEILAGE (optional, s. Rezept)

Rustikales Brot, Butter  
Bunter Salat-Mix

### NÜTZLICH

Grätenzange / -pinzette

### FISCHFILETS

Die Fischfilets mit Küchenpapier abtupfen. Etwaige Gräten mit einer Grätenzange ziehen, die Filets in mundgerechte Stücke portionieren und mit Salz und Zitronenpfeffer würzen. Jetzt die Filets in acht gleichgroße Gruppen aufteilen.

### VORBEREITUNG TOPPINGS

BBQ-Sauce, Ketjap Manis-Sauce, Sesam mit Schwarzkümmel, Amaranthpopkorn und Sweet Chili-Sauce in separate Schälchen füllen.

### TOPPINGS

T1) Cracker mit der gewaschenen und trocken-geschleuderten Petersilie sowie Zitronenpfeffer (im Mixer) fein hacken.

T2) Den Hokaidokürbis raspeln, mit einer Hälfte des Frischkäses vermengen, mit Salz und Zitronenpfeffer abschmecken.

T3) Zucchini waschen, raspeln und mit dem Rest des Frischkäses vermengen, mit Salz und Zitronenpfeffer abschmecken und die fein gehackten Gartenkräuter unterheben.

T4) Ketjap Manis-Sauce und Sesam mit Schwarzkümmel: Fisch mit einer Seite in die Ketjap Manis Sauce und anschließend in das Sesam-Schwarzkümmelgemisch tauchen.

T5) Wie bei T4), nur mit der Sweet Chili-Sauce und dem Amaranthpopkorn.

Die restlichen Fischwürfel auf das Backblech legen und jeweils entweder mit T6) Hokkaido-Topping, T7) Zucchini-Topping belegen oder mit T8) der BBQ-Sauce bestreichen.

### GAREN

Ein Backblech mit den belegten Fischfilets im vorgeheizten Backofen (200°C) für etwa 5 - 7 Minuten garen. Sollte Ihnen der Fisch nicht gar genug sein, einfach noch etwas auf dem Backblech ziehen lassen.

### ANRICHTEN

Alle Filets auf eine große Platte legen und dazu einen bunten Salat mit Dressing oder rustikales Brot und Butter reichen.