



Rezept des Mnats – März 2014

Gebratener Karpfen auf Gurken Carpaccio

Zutaten:

600gr. Karpfenfilet ohne Haut; 1 große Salatgurke; 2 EL Öl; 10 EL Balsamico-Essig; 3 TL brauner oder weißer Zucker;

Salz; grob geschroteter Pfeffer; je 1 B. Schnittlauch und glatte Petersilie; 2 TL Wasabi Paste aus der Tube.

Zubereitung:

Die Salatgurke schälen (etwas Schale dran lassen). Die Gurke mit einem Gemüsehobel auf eine Platte hobeln und schön auflegen.

Das Karpfenfilet säubern trockentupfen und in Würfel schneiden. Die Filetwürfel im heißen Öl etwa 5 Min. braten.

In der Zwischenzeit Essig und Zucker in einer Pfanne bei großer Hitze etwa drei Minuten sirupartig einkochen lassen.

Die Karpfenfiletwürfel auf die Gurken geben und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Den Sirup darüber träufeln und mit gehacktem Schnittlauch und Petersilie bestreuen.

Dazu die scharfe Wasabi-Paste servieren.

Guten Appetit !