



Gebratene Seezunge mit Koriander-Chutney

Schritte: 4

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zutaten

20 Portionen

20	Seezungenfilets		Erdnussöl
	Salz und Pfeffer	5	Zitronen
100 ml	Zitronensaft	100 ml	Olivenöl
1	Bund Koriandergrün	200 g	Kokoschips
5	Schalotte	1	Stück Ingwer (ca. 5cm)
5	grüne Chili	1,5 EL	Zucker
1,5 EL	Salz		Langkornreis oder Wildreis nach Geschmack

Zubereitung

Zubereitung

1. Schalotten, Chilis, Koriander und Ingwer putzen und grob hacken. Alles mit Salz, Zucker, Olivenöl und 100 g der Kokoschips in einen Mixer geben und zu einer Masse verarbeiten.
2. Die Seezungenfilets salzen und in einer Pfanne mit Erdnussöl von beiden Seiten ca. 1 Minute scharf anbraten.
3. Die Zitronen vierteln oder in Scheiben schneiden.
4. Zum Anrichten das Koriander Chutney auf den Fisch geben und mit Zitrone und restlichen Kokoschips garnieren.