

**Kochen**

**Bernd Bachofer**

**Mittwoch, 22.01.2020**

**Saiblings-Tempura mit Karotten-Chutney und Kokosschaum**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

**Für Saibling und Tempurateig**

- 240 g Saiblingsfilet (Meersaibling; ohne Haut und Gräten)
- 2 EL Sojasoße
- 1 Msp. Wasabipaste
- 3 EL Tempura Mehl-Mischung (Asialaden)
- 1 EL Weißwein
- 1 EL Wasser, eiskalt
- 50 g Reismehl
- 500 ml Sonnenblumenöl
- 0,5 Bund Koriander
- 1 EL Asia-Sesamöl

**Für das Karotten-Papaya-Chutney**

- 1 TL Zucker
- 2 EL Limettensaft
- 100 ml Einlegeflüssigkeit vom Sushi-Ingwer (Gari-Flüssigkeit; aus dem Glas)
- 500 ml Karotten-Direktsaft (z. B. aus Naturkostladen oder Reformhaus)
- 2 Spritzer Thai-Fischsauce (Asialaden)
- 1 Msp. Xanthan (pflanzliches Bindemittel, alternativ 1 gestrichener TL Speisestärke)
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Chili-Öl, nach Belieben
- 1 Papaya, klein, reif

**Für den Kokosschaum**

- 1 Stück frischer Ingwer (3–4 cm)
- 1 Schalotte
- 2 Kaffirlimetten-Blätter (TK oder getrocknet; Asialaden)
- 1 Korianderwurzel
- 1 TL Erdnussöl
- 1 EL Thai-Fischsoße
- 1 EL Limettensaft
- 2 EL Mirin, süß (Reiswein)
- 2 EL Einlegeflüssigkeit vom Sushi Ingwer (Gari-Flüssigkeit, aus dem Glas, Asialaden)
- 250 ml Kokosmilch (Dose, ungesüßt)
- 2 Spritzer Asia-Sesamöl (nach Belieben geröstet)

**Zubereitung**

1. Saiblingsfilet kalt abbrausen, trocken tupfen und in 4 gleich große Stücke schneiden.
2. Sojasoße und Wasabipaste glatt verrühren, die Filetstückchen damit bestreichen und zugedeckt im Kühlschrank mindestens 1 Stunde marinieren.



3. Für den Teig Mehl, Wein und Wasser glatt verrühren, das ein dickflüssiger, crêpeartiger Teig entsteht.  
Mindestens 30 Minuten quellen lassen.
4. In der Zwischenzeit für das Chutney Zucker hell karamellisieren.  
Vorsichtig den Limettensaft zugeben und den Karamell unter Rühren lösen.
5. Einlegeflüssigkeit vom Ingwer, Karottensaft und Fischsoße zugeben und um etwa die Hälfte einkochen.
6. Für den Kokosschaum Ingwer und Schalotte schälen, bzw. abziehen und in feine Würfel schneiden.
7. Kaffirblätter abspülen und trocken tupfen. Korianderwurzel putzen und fein schneiden.
8. Erdnussöl in einem Topf erhitzen. Ingwer, Schalotte, Kaffirblätter und Korianderwurzel darin hell andünsten.
9. Fischsoße und Limettensaft zugeben. Mit Mirin und der Gari-Einlegeflüssigkeit auffüllen, aufkochen und etwas einkochen lassen. Dann Kokosmilch angießen, kurz köcheln lassen.
10. Währenddessen die marinierten Filetstückchen trocken tupfen, im Reismehl wenden. Überschüssiges Reismehl sacht abklopfen.
11. Das Sonnenblumenöl in einer Fritteuse oder tiefer Pfanne auf etwa 160 Grad erhitzen.
12. Koriander abspülen, trocken schütteln und sehr fein hacken. Eventuell noch etwas kaltes Wasser,  
Koriander und Öl unter den Tempurateig rühren. Filetstückchen durch den Teig ziehen und etwas abtropfen lassen.
13. Die Saiblingsstückchen im heißen Öl etwa 2 Minuten goldgelb ausbacken. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen.
14. Kaffirlimetten-Blätter aus dem Soßenansatz entfernen. Soße pürieren, durch ein feines Sieb passieren und abschmecken.
15. Xanthan oder Stärke und wenig kaltes Wasser verrühren, den Chutney-Sud damit leicht binden. Die Öle untermixen.
16. Die Papaya halbieren, Kerne entfernen. Das Fruchtfleisch schälen und in feine Würfel schneiden.  
Papaya unter den Sud mischen, abschmecken.
17. Kurz vor dem Servieren die Soße mit einem Pürierstab kräftig schaumig aufmixen und das Sesamöl untermixen. Saiblings-Tempura, Chutney und Kokosschaum anrichten.