

F(4)isch aufgespiesst!

Die Verbindung aus fruchtiger Salsa und Fisch bringt den nötigen Hauch Exotik in deinen Alltag. Denn hier versammeln sich Süsse, Salzigkeit und leichte Schärfe zu einer Party, die die Aromen auf deiner Zunge nur so tanzen lässt.

 45 Minuten

 4 Spiesse

So geht's

1. Den Fisch in Würfel schneiden und auf die Zitronengrasstängel aufspießen.
2. Mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne goldgelb braten und mit Limettenabrieb würzen.
3. Die Mango schälen und in kleine Würfel schneiden. Dann mit den restlichen Zutaten an machen und abschmecken.
4. Zusammen mit den Fisch-Spiessen genießen.

Zutaten

- 400 g Kabeljau oder ein anderer fester Fisch
- 4 Zitronengrasstängel
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- Saft und Abrieb von einer Limette
- Öl zum Braten
- 1 essreife Mango
- 2 EL THOMY Ingwer-Senf
- 1 EL Sesamöl aus geröstetem Sesam
- 2 EL Sweet-Chili-Sauce
- Saft von 1 Limette
- 2 Zweige Minze
- 1 TL schwarzer Sesam

En Guete! Endlich kannst du beim Dekorieren mal die tropische Schublade öffnen. Dieses Urlaubsfeeling zu Hause solltest du dann aber unbedingt festhalten und es auf Facebook oder Instagram mit uns teilen – #LOVEthomy.

