



## Indisches Fisch Curry mit Reis

Menge	Zutaten	Zubereitung
1	Zwiebel	<p>Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Apfel schälen und raspeln, Banane schälen und fein würfeln. Butter in der Pfanne schmelzen, Zwiebeln glasig dünsten und Obst zugeben und mit dünsten. Gewürze zugeben mit Kokosmilch und Wasser aufgießen, Zitronengras und Ingwerstücke einlegen und 5 Minuten köcheln lassen. Gewürze kurz herausnehmen und Sauce pürrieren, danach wieder einlegen. Währenddessen den Fisch <b>säubern</b>, <b>säuern</b> und etwas <b>salzen</b> und in mundgerechte Würfel schneiden. Das Fischfilet in die Sauce geben und bei schwacher Hitze nochmals 5 Min. gar ziehen lassen, einmal wenden. Zitronengras und Ingwerstücke vor dem servieren wieder herausnehmen.</p>
1	Apfel	
1/2	Banane	
20 g	Butter	
1 TL	Curry	
	Salz, Pfeffer	
½ Dose	Kokosmilch	
100 ml	Wasser	
je 1 Stange	Zitronengras und frischen Ingwer	
400 g	Fischfilet (Seelachs...)	

Dazu serviert man am besten gedünsteten Reis!