# Lachs und Meeresfrüchte Asiatisch mit Basmati-Reis

27. März 2010 | Autor Leroy

In Teil 2 des Kochkurses für Marco (Teil 1 finden Sie hier) haben wir gestern Lachs und Meeresfrüchte Asiatisch zubereitet. Beim Rezept haben wir verschiedene Ideen mit einer Vorlage kombiniert, ein Rezept für gefüllte Noriblätter aus meinem Asia Kochbuch. Die Zutaten dazu haben wir wieder im EDEKA in Walldorf bzw. im Asienladen erstanden, hier die Liste:

Zutaten für 4 Personen:

- 30 Garnelen (aus der Tiefkühltheke, geputzt, vorgekocht)
- 350 g Lachs (frisch, in schmale Streifen geschnitten)
- 4 Jakobsmuscheln
- 4 Noriblätter
- 2 Tassen Basmati-Reis
- 8 Lauchzwiebeln
- 3 kleine Paprika
- Gari (japanischer, eingelegter Ingwer)
- Wasabi
- 1 Zehe Knoblauch
- Mirin (japanischer süßer Reiswein)
- Kokosmilch
- 1 EL Rote Currypaste
- 4 EL Tomatenmark
- 1 EL brauner Zucker
- Sojasauce
- Weißwein
- Pflanzenöl
- Kräuter der Provence
- Saft einer Zitrone
- Schnittlauch
- Dill
- Pfeffer

Zubereitung:

- Beginnen Sie damit, die Meeresfrüchte zu marinieren.
- Die Jakosmuscheln unter kaltem Wasser abspülen und dann in einer Schale mit dem Saft einer halben Zitrone beträufeln. Mit Pfeffer aus der Mühle, sowie Dill und Schnittlauch würzen. Eine halbe Knoblauchzehe durch die Knoblauchpresse dazugeben. 1 EL Mirin dazugeben. Beiseite stellen.

- Die Krabben zunächst in der Folie belassen und in warmem Wasser auftauen, dann in 2 Teller aufteilen. 1 Hälfte klassisch marinieren: Pfeffer, 1 halbe Knoblauchzehe gepresst, Zitronensaft, Kräuter der Provence. Die andere Hälfte Asiatisch marinieren: 1 Lauchzwiebel gehackt darübergeben, 1-2 EL Mirin, 3 EL Weißwein, 2-3 EL Sojasauce. Beiseite stellen.
- Den Lachs waschen, putzen (an der Unterseite Hautreste und das braune Fleisch in der Mitte rausschneiden). Eine Seite DÜNN mit Wasabi bestreichen. In einem Teller mit 2-3 EL Sojasauce, 3 EL Weißwein, 2 EL Mirin marinieren.

- Nun die Zutaten für die Noritaschen vorbereiten: Paprika waschen und in schmale Streifen schneiden (siehe Schneidanleitung hier). Dann die Lauchzwiebeln waschen und in ca. 6-7 cm lange Streifen schneiden, dabei dickere Stücke längs halbieren. In 4 Portionen aufteilen.

- Für die gefüllten Nori-Taschen wie folgt vorgehen. Auf ein Nori-Blatt diagonal zwei schmale Streifen Lachsfilet legen, eine dünne Schicht Gari obenauf legen:

- Paprika und Lauchzwiebeln anordnen:

- Eine Seite des Noriblattes an der Spitze anfeuchten und einschlagen

- Das überstehende Dreieck auf der anderen Seite mit Wasser bestreichen und umschlagen, leicht andrücken:

- Fertig ist die Rolle 😀.

Wer den Geschmack von Noriblättern nicht mag, kann stattdessen auch in einem Bananenblatt oder in einem Blatt Butterbrot- oder Backpapier dünsten. Wenn Sie die Nori-Blätter weglassen, würde ich aber in jedem Fall auch den Gari (Ingwer) weglassen, das ist dann insgesamt wieder harmonischer. Ich sag es mal zur Sicherheit: bitte weder das Papier noch das Bananenblatt sind zum Verzehr geeignet, bzw. angedacht, d.h. den Inhalt müssen Sie dann auspacken und direkt auf dem Teller oder auf dem Blatt anrichten

An dieser Stelle sollten Sie nun spätestens den Reis vorbereiten und dann auch gleich mit dem Kochen beginnen: bitte lesen Sie hier nach, wie man den Reis vor- und zubereitet (die Anleitung gilt 1:1 auch für Basmati-Reis)

- Die Sauce vorbereiten: 3 Frühlingszwiebeln hacken und in etwas Pflanzenöl in einem kleinen Topf scharf anbraten. Mit Etwas Weißwein ablöschen, kurz reduzieren lassen.
- Mit Kokosmilch auffüllen und ca. 5 EL Sojasauce und 2 EL Mirin hinzugeben. Rohrzucker, Tomatenmark und Currypaste einrühren (Menge siehe oben) und 5 min. auf kleiner Flamme einkochen lassen. Abschmecken und warmhalten.

- Die Rollen in einen Dämpftopf geben (oder im Bambuskorb im Wok dämpfen) und für ca. 10-15 min. dämpfen

- Die anderen Zutaten in 2 Pfannen geben (die Jakobsmuscheln und die Garnelen mit Knoblauch in eine, die restlichen Garnelen in eine andere) und kurz von oben und unten anbraten (ca. 1-2 min. je Seite)
- Auf einem Teller den Reis anrichten, einen Saucenspiegel legen.
- Die verschiedenen Garnelen rechts und links anrichten, Jakobsmuscheln auflegen.
- Die Nori-Rolle dem Dämpftopf entnehmen und mittig anrichten.
- Sofort servieren, dazu passt der Weißwein, den Sie in den Marinaden und der Sauce verwendet haben.

Veröffentlicht in Asiatisch, Fisch | Schlagworte: Currypaste, Garnelen, Jakobsmuscheln, Kokosmilch, Lachs