

Ceviche (roh mariniertes Fisch)

Zutaten (für 4 Personen):

- 400 g sehr frisches Zanderfilet
- 250 ml Möhrensaft
- 50 ml Limettensaft
- 1-2 TL Zucker
- Salz
- 1/4-1/2 rote Chilischote
- 1/4-1/2 grüne Chilischote
- 150 g dicke Bohnen
- 1 kleines Bund Koriandergrün
- 1 Frühlingszwiebel
- 4 EL Olivenöl

Fischfilet ohne Haut und Gräten in dünne Scheiben schneiden und auf eine Platte legen. Möhrensaft und Limettensaft mischen, mit Zucker und Salz würzen. Chilischoten (eventuell entkernt) fein hacken und untermischen. Alles über den Fisch verteilen und 5-10 Minuten ziehen lassen.

Bohnenkerne (Tiefkühlware, aufgetaut) aus den Hülsen drücken. Korianderblättchen von den Stielen zupfen, das Weiße und Hellgrüne der Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Bohnen, Koriander und Zwiebeln über dem Fisch verteilen und mit Olivenöl beträufeln.

Sendung/Quelle: Tim Mälzer kocht!

Letzter Sendetermin: 06.07.2019

Koch/Köchin: Tim Mälzer

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen