

Fruchtiges Asia-Fisch-Curry



Zutaten

600 g Fischfilet(s) (Seelachs- oder Rotbarschfilets), TK
400 ml Kokosmilch
1 Paprikaschote
1 Dose Aprikosen (Abtropfgewicht 250 g)
200 g Erbsen, Zuckerschoten oder Bohnen (TK)
1 Zwiebel
1 EL rote Currypaste
200 ml GemüseBrühe
Salz und Pfeffer
Basilikum, frisch
Zucker
Curry

Zubereitung:

Die Fischfilets auftauen lassen und in mundgerechte Stücke schneiden.
Die Zwiebel würfeln und mit der Currypaste in etwas Öl anschwitzen.
Kokosmilch und Brühe dazugeben und ca. 5 min. köcheln lassen.

Die Paprika in Würfel oder Streifen schneiden. Die Aprikosen abtropfen lassen (Saft auffangen) und vierteln. Alles zusammen mit dem Fisch dazugeben und ca. 10 min. garen. Ab und zu vorsichtig umrühren. Zum Schluss alles mit Salz, Pfeffer, Curry, etwas Zucker würzen und nach Belieben etwas Saft der abgetropften Aprikosen dazugeben.

Dazu passt Reis

