

Indisches Fischcurry



Zutaten

600 g Seelachsfilet
Zitronensaft
Salz

200 g Zwiebeln
400 g Porree
Curry, Koriander, Piment

200 g Tomaten

125 g Creme fraiche

4 EL geh. Kräuter

Zubereitung

säubern, in große Stücke schneiden,
säuern und 10 Min. ziehen lassen, salzen

putzen, würfeln und in einer beschichteten
Pfanne anschmoren, den Fisch zugeben
und würzen

waschen, den Stielansatz entfernen,
würfeln, in die Pfanne geben, das Gericht
kurz aufkochen lassen und bei milder
Hitze 15-20 Min. garen

unterrühren

abschmecken