



Äsche auf kantonesische Art gebacken
mit Five-Spice und Wasabi

GAGGENAU

Rezept für 4 Personen

Zutaten Äsche:

4 kleine, sehr frische Äschen
Salz und Pfeffer
Fünf-Gewürze-Pulver (Asialaden)
Mehl

Zutaten Sauce:

1 dl Sojasauce
1 dl Hühnerbrühe
2 Tropfen Sesamöl
50g Wasabipulver

Zutaten Salat:

1 Endivie (Brüsseler)
1 EL Zitronensaft
¼ rote Paprika
2 EL grüne und rote Daikonsprossen
1 EL Sojasauce
1 EL Reis Mirin
2 Tropfen Sesamöl
1 Msp Ingwer

Äsche auf kantonesische Art gebacken mit Five-Spice und Wasabi

Zubereitung Äsche: Die Äschen müssen auch für dieses Gericht ganz frisch sein, dazu geschuppt, ausgenommen, gewaschen und getrocknet. Mit einem scharfen Messer diagonal Rauten ins Fleisch schneiden. Dabei unbedingt darauf achten, dass die Mittelgräte nicht verletzt wird. Die Fische mit Salz, Pfeffer und Fünf-Gewürze-Pulver würzen, dann mehlieren. Dabei darauf achten, dass das Mehl auch zwischen die Schnittflächen gerät. In der Friteuse bei 170 °C vorbacken, herausnehmen und kurz vor dem Servieren bei 180 °C fertig backen.

Zubereitung Sauce: Alle Zutaten mit etwas Wasser verrühren. Die Sauce wird zum Fisch gereicht.

Zubereitung Salat: Die Endivie in Streifen schneiden und mit dem Zitronensaft beträufeln. Die Paprika schälen, Kerne entfernen und in kleine Würfel schneiden. Sojasauce, Reis Mirin und Sesamöl mit dem geriebenen Ingwer vermischen. Mit dieser Sauce werden die Endivie, die Paprika und die Daikonsprossen mariniert.

Rezept von André Jaeger aus „Süßwasserfang“