

# Knuspriger Kabeljau mit roter Paprika und Reis

## Herrlich kross und saftig...



### Zutaten:

Für 4 Personen

- 4 Stücke Kabeljau, abgewaschen und trockengetupft
- Salz, Pfeffer, Scampi- & Fischgewürz
- Mehl
- 2 Eier
- Panko-Mehl
- reichlich Butterfett
- 2-3 große rote Paprika, gewaschen, ausgeputzt und in Stücke geschnitten
- 1 Gemüsezwiebel, halbiert und in halbe Ringe geschnitten
- 1-2 EL Butter
- 1 EL Ingwer, klein gewürfelt
- einige Stiele Petersilie, kleingeschnitten
- Salz
- 300-400 ml Gemüsebrühe
- Speisestärke zum Andicken
- 400 g Reis

### Zubereitung:

1. Am besten alles vorbereiten und dann erst mit dem Kochen beginnen.
2. Reis in Salzwasser locker kochen. Siehe Link! So wird er super locker!
3. Den vorbereiteten Kabeljau mit Salz, Pfeffer und dem Fischgewürz würzen.
4. Anschließend melieren, in den aufgeschlagenen Eiern wenden und danach im Panko-Mehl mehrfach wenden.
5. Im heißen Butterfett - nicht zu heiß - langsam braten, nur ca. 5 Min.
6. Für das Paprikagemüse die Butter erhitzen. Gemüsezwiebel und Ingwer darin anrösten, Paprikagemüse zugeben und auf kleiner Flamme ca. 5 Min. dünsten.
7. Gemüsebrühe dazugeben und weiter ziehen lassen.
8. Zum Schluß die Speisestärke mit sehr wenig Wasser (1 EL : 1 gehäuften TL Stärke) verrühren und die Sauce nach Gusto andicken.
9. Die kleingeschnittene Petersilie unterheben.
10. Alles auf Tellern anrichten und nach Lust und Laune mit etwas Petersilie garnieren.

Guten Appetit!