

GEBEIZTER COBIA MIT INGWER UND CHILI

GEBEIZTER COBIA MIT INGWER UND CHILI

Wenn man ein ganzes Fischfilet hat stellt sich oft die Frage, was man mit dem Schwanzstück macht. Beim Braten braucht man viel Feingefühl, damit der Fisch nicht am dünn auslaufenden Ende trocken wird, das geht auch, muss man aber können. Meine Favoriten sind ehrlich gesagt Tartar oder beizen. Beim Beizen macht sich das dünne Stück nämlich sehr gut, weil es gut durchzieht und beim Tartar macht es absolut keinen Unterschied. Wie dünn oder dick das Stück vorher war.

Ich habe also das Schwanzstück von meinem Cobia-Filet gebeizt. Ingwer und Chili wollte ich als Beize gerne ausprobieren und das hat zu dem recht festen und hellen Fleisch auch wunderbar gepasst. Als Beilage habe ich dann einen Karotte-Sesam Salat gezaubert und schon hatten wir ein feines, leichtes Abendessen!



Zutaten für 2 Personen:

150g Cobia, Schwanzstück mit Haut (hier aus dem [FrischeParadies](#))

2cm frischer Ingwer

2 EL Salz

½ TL getrocknete Chiliflocken

Für den Salat:

4 Karotten

1 EL Chiliöl

Salz

2-3 EL Sesam

80g Feldsalat

Zubereitung:

Den Ingwer schälen und fein hacken. Zusammen mit Salz und Chiliflocken in eine kleine Schüssel geben und vermischen.



Vom Fisch die Gräten ziehen...



... und ihn auf der Fleischseite gründlich mit der Beize einreiben. Jetzt kann er entweder vakuumiert oder fest in Frischhaltefolie eingeschlagen werden.



Für 72 Stunden in den Kühlschrank legen und einen schweren Topf oder ähnliches darauf stellen.

Den Fisch rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen damit er nicht eiskalt ist.

Die Karotten schälen und reiben oder von der Küchenmaschine reiben lassen. Den Sesam anrösten und dazu geben. Mit Chiliöl und etwas Salz anmachen und abschmecken.

Den Fisch auspacken und die Haut mit einem langen, scharfen Messer entfernen. Den gebeizten Cobia erst in Streifen schneiden und dann klein würfeln. Es lohnt sich hier, den Fisch etwas feiner zu würfeln, da er in der Konsistenz recht fest ist. Das gebeizte Cobia Tartar in einem Servierring anrichten.



Den Salat waschen und auf den Teller geben. Den Karottensalat darauf platzieren.



Leicht und lecker!



©katha-kocht.de