

Jakobsmuscheln mit Sesamkruste und Miso-Auberginen



Zubereitungszeit

40 Minuten

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 220 kcal

Eiweiss: 7 g

Fett: 17 g

Kohlenhydrate: 8 g

Tipps zu diesem Rezept

- Mit Sprossen garnieren.
- Frank Pabst braucht für die Sauce statt Limettensaft Yuzusaft. Yuzu ist eine bei uns kaum erhältliche japanische Zitrusfrucht.
- * aus dem Asia-Shop

Zutaten

- 1 EL helle Sesamsamen
- 1 EL schwarze Sesamsamen*
- 2 kleine japanische Auberginen*
- Sesamöl zum Bepinseln
- Salz
- Pfeffer
- 8 Jakobsmuscheln
- Sonnenblumenöl zum Braten

Limettensauce

- 0.5 Chilischote
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zweig glatte Petersilie
- 5 g Ingwer
- 1.5 EL Olivenöl
- 1.5 EL Sonnenblumenöl
- 1 EL Limettensaft
- 1 EL helle Sojasauce*
- Salz

Misosauce

- 1 Eigelb
- 3 EL Sake* (Reiswein)
- 2 EL Mirin* (süßes Reiswein)
- 60 g helle Mispaste*

Zubereitung

1. Sesam in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten. Abkühlen lassen.
2. Für die Limettensauce Chili entkernen. Chili, Knoblauch und Petersilienblätter fein hacken. Ingwer fein reiben. Alles mit den restlichen Zutaten mischen. Mit Salz abschmecken.
3. Für die Misosauce Eigelb verquirlen. Sake und Mirin aufkochen, Misopaste beifügen, unter Rühren aufkochen. Zum Eigelb rühren. Alles zurück in die Pfanne geben und unter Rühren aufkochen. Durch ein Sieb streichen.
4. Backofen auf 180 °C vorheizen. Auberginen in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Sesamöl bepinseln, leicht salzen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen. Ca. 12 Minuten im Ofen knapp weich garen. Je ca. 1/2 TL Misosauce auf jede Aubergine geben. Ca. 3 Minuten weiterbacken, bis die Sauce leicht braun wird.
5. Inzwischen Jakobsmuscheln im Öl beidseitig je ca. 2 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Muscheln auf der einen Seite mit restlicher Misosauce bepinseln, in die Sesamsamen drücken. Mit Auberginen anrichten. Limettensauce dazuservieren.