



CHEFKOCH.DE

## Knusperfisch mit Wasserkastanien

Fisch trocken tupfen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden, mit Essig beträufeln. Zuckererbsen und Paprika in Stücke, Wasserkastanien in Scheiben schneiden. Ingwer fein würfeln.

Eiweiß, Speisestärke und etwas Salz verrühren. Frittierfett erhitzen, ca. 3 EL davon abnehmen und in einer Pfanne erhitzen. Paprika darin ca. 3 Min. dünsten, Zuckererbsen, Wasserkastanien und Ingwer zufügen, 3 Min. weiterdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Inzwischen Fischfilet trocken tupfen, würzen und im Eiweißteig wenden. Etwas abtropfen lassen und portionsweise im heißen Frittierfett ca. 3 Min. ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Wasser, Sojasoße, Reiswein, süßsaure Soße und Speisestärke verrühren, zum Gemüse geben, aufkochen lassen, abschmecken. Fisch dazugeben.

**Zubereitungszeit:** 45 Minuten  
**Schwierigkeitsgrad:** normal  
**kJ/kcal p. P.:** 620 /

### Zutaten für 4 Portionen:

500 g Rotbarschfilet  
1 EL Essig  
100 g Zuckerschote(n)  
70 g Kastanien (Wasserkastanien),  
aus der Dose  
2 Paprikaschote(n), rote, à 200g  
10 g Ingwer, frisch  
1 Ei(er), davon das Eiweiß  
25 g Speisestärke  
Salz und Pfeffer  
1.5 Liter Öl zum Fritieren  
4 EL Sojasauce  
4 EL Reiswein  
3 EL Sauce (süßsaure Soße aus der  
Flasche)  
2 TL Speisestärke

**Verfasser:** hobbykoechin