

Weißer Fisch mit roter Sauce

[2 Portionen]

Zutaten:

2 weiße Fischfilets

2 EL Olivenöl

Mojo-Sauce:

1 Aubergine

1 rote Paprikaschote

50g Tomaten

1/2 TL Kreuzkümmel

1 Knoblauchzehe, gepresst

20g Mandelblättchen

4 Stiele Minze

1 EL Zitronensaft

Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Aubergine waschen, die Schale der Länge nach einritzen und im Backofen bei 180 Grad 45 Minuten garen.
2. Anschließend die Auberginen aus dem Ofen nehmen, längs halbieren und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen.
3. Paprikaschote waschen, entkernen und vierteln. Mit der Hautseite nach oben auf ein Backblech legen und ca. 10 Minuten grillen, bis die Schale Blasen wirft. Herausnehmen und mit einem feuchten Geschirrhandtuch abdecken, um die Paprika 10 Minuten zu dämpfen. Paprika häuten und in grobe Stücke schneiden.
4. Tomaten waschen, vierteln, entkernen und grob schneiden. Minze waschen, Blätter abzupfen und grob schneiden.
5. Kreuzkümmel und Mandelblättchen fettfrei in einer Pfanne anrösten.
6. Auberginenfruchtfleisch, Paprika, Tomaten, Mandelblättchen, Kreuzkümmel, Minze und Knoblauch mit einem Pürierstab pürieren und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
7. Fischfilets in Olivenöl von beiden Seiten anbraten und gemeinsam mit der Mojo-Sauce servieren.