

# Fisch-Kokos-Spiessli mit glasierten Rüebl

Für 4 Personen

## Zeitangaben

Vor- und zubereiten: ca. 35 Min.

## Zutaten

### Rüebl

1 EL Butter  
600 g Rüebl, in Stängeli  
1 EL gemahlener Rohzucker  
2 Stängel Zitronengras, längs aufgeschnitten  
1 /2 dl Wasser  
1 /2 TL Salz

### Fisch

1 TL Kreuzkümmelpulver  
1 TL Korianderpulver  
1 TL gemahlener Ingwer  
1 /2 TL Salz  
2 EL Kokosmilch  
600 g Seelachsfilets, ca. 2 cm grossen Stücken  
30 g Kokosraspel  
8 Holzspiesschen  
wenig Bratbutter

### Sauce

ca. 1 1/2 dl Kokosmilch  
1 /2 dl Gemüsebouillon  
Salz, nach Bedarf

## Zubereitung

**Rüebl:** Butter warm werden lassen, Rüebl ca. 2 Min. andämpfen. Zucker darüber streuen.

Zitronengras begeben, Wasser dazu giessen, salzen. Rüebl unter gelegentlichem Wenden ca. 15 Min. knapp weich köcheln.

**Fisch:** Kreuzkümmel und alle Zutaten bis und mit Kokosmilch in einem tiefen Teller verrühren. Fischstücke darin wenden, Kokosraspel auf einen flachen Teller geben. Fischstücke an die Spiesschen stecken. Spiessli in den Kokosraspeln wenden, Bratbutter in beschichteter Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren. Spiessli bei mittlerer Hitze portionenweise rundum ca. 10 Min. braten, warm stellen.

**Sauce:** Kokosmilch und Bouillon aufkochen, Hitze reduzieren. Sauce ca. 5 Min. köcheln, salzen. Sauce zu den Spiessli und den Rüebl servieren.

## Zeitangaben

Vor- und zubereiten: ca. 35 Min.

## Energiewert/Person

ca. 2076 kJ/496 kcal

