



Schneller Fisch

Zutaten für 1 Portion:

Kartoffeln
Fischfilets
Papaya
Gurke
Cocktailtomaten
Mandelsplitter
Dille
Kümmel
Salz
Pfeffer
Olivenöl

Zubereitung:

- Die Kartoffeln schälen und in grobe Stücke schneiden.
- Mit wenig Salzwasser 10 Minuten dämpfen. Aus der Pfanne nehmen.
- Die Fischfilets in kleine Stücke schneiden, salzen und pfeffern.
- Die Papaya schälen und vom Kern entfernen.
- Die Gurke und die Papaya in Würfel schneiden.
- Olivenöl erhitzen. Die Fischstücke kurz auf beiden Seiten anbraten.
- Die Papaya-, Gurken- und Kartoffelstücke dazugeben.
- Die Cocktailtomaten in der Mitte durchschneiden und ebenfalls in die Pfanne geben. Die Mandelsplitter drüberstreuen.
- Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und gehackter Dille abschmecken.