



Fruchtige Victoriabarsch-Spieße

Fruchtige Victoriabarsch-Spieße

500 g Victoriabarschfilet

Etwas frischer Zitronensaft

1 Mango

1 rote Paprika

16 Physalis

Salz & Zitronen-Pfeffer

1 Glas Jambo Africa Zambezi Delta Honey & Mustard
Sauce

Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

8 Holzspieße

Gesamtzeit: 25 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Fruchtige Victoriabarsch-Spieße

1.

Fischfilet waschen, mit Küchentuch abtupfen. Das
Fischfilet mit Zitronensaft einreiben und in mundgerechte
Stücke schneiden.

Die Mango schälen, den Stein herauslösen und das Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Die Paprika entkernen und in Würfel schneiden. Physalis von den Blättern befreien.

Die Fischstücke abwechselnd mit Mango, Paprika und Physalis auf die Holzspieße stecken. Salzen und mit Zitronenpfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fischspieße rundherum darin braten.

Dazu Reis oder Brot und die Honig-Senf-Sauce reichen.