

REZEPT-TIPP:

SCHWARZER COD

MIT SOJA SESAM MARINADE

4 Personen:

- 300 g Black Cod
- 1 Birne
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer
- 3 Esslöffel Sojasauce
- 1 Esslöffel brauner Zucker
- 1 Esslöffel Sesamöl
- Pfeffer / Salz
- 1 Esslöffel Sesamsamen, geröstet

Sesamsamen in Pfanne rösten. Währenddessen Birne schälen und entkernen, in grobe Stücke schneiden.

Knoblauch und Ingwer schälen, in grobe Stücke schneiden.

Alles zusammen mit der Sojasauce, braunem Zucker und dem Sesamöl in eine Schüssel geben und mit dem Stabmixer fein pürieren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die gerösteten Sesamsamen hinzufügen.

300 g Black Cod in eine Schüssel geben und mit der Marinade bedecken.

Den Fisch in den Kühlschrank stellen und 2 Stunden ziehen lassen.

Danach den Fisch ca. 15 Minuten bei 180°C Unter-/Oberhitze bzw. ca. 20 Minuten bei 160°C Umluft backen, bis er komplett durchgegart ist.



ALASKA
WILDFISCH



 [alaskawildfisch.de](https://www.facebook.com/alaskawildfisch.de)

 [alaskawildfisch](https://www.instagram.com/alaskawildfisch)



Tel. 07732 1306597 o. 0176 51480544 · www.alaskawildfisch.de