

## POLLACK MIT PAK CHOI UND ORIENTALISCHER SAUCE



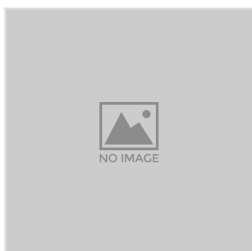
### GEBRAUCHTE BRESC PRODUKTE



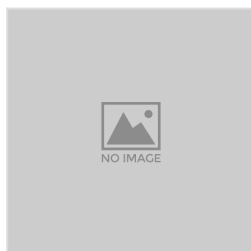
Bresc Gehackter  
Knoblauch 1000g



Bresc Gehackter  
Knoblauch 450g



Bresc Ingwerpüree 450g



Bresc Zitronengraspüree  
450g

### ZUTATEN

4 

#### Für die Sauce

- 100 g kleingehackte Schalotte
- 10 g Bresc gehackter Knoblauch
- 10 g Bresc Zitronengraspüree
- 5 g Bresc Ingwerpüree
- 2 Kaffir-Limettenblatt
- 15 g Zucker
- 15 g Fischesauce
- 15 g Reissessig
- 15 g Limettensaft
- 150 g Gemüsebrühe

#### Für den Pak Choi

- 3 Pak Choi
- ¼ Chilischote

#### Sonstiges

- 400 g Pollack
- Pfeffer und Salz
- Öl zum Braten

### ZUBEREITUNG

Für die Sauce die Schalotte mit Knoblauch, Zitronengras, Ingwer und Kaffer-Limettenblättern in einem Schuss Olivenöl dünsten. Die anderen Zutaten hinzufügen. 5 Minuten köcheln lassen. Abschmecken. Die Blätter des Pak Choi schneiden. Die Chilischote sehr fein hacken. Die Chilischote in heißem Olivenöl kurz anbraten. Den Pak Choi dazugeben und kurz backen. Abschmecken. Den Fisch in 4 Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. In Olivenöl braten.