

Kabeljau-Pastilla

(Sendung vom 02.02.2013)



Zutaten

- 100 g Fadennudeln
- Salz
- je 1 rote und grüne Paprikaschote
- 2 Knoblauchzehen
- 80 g getrocknete Datteln (ohne Stein)
- 10 g frischer Ingwer
- 9 El Olivenöl
- ½-1 TI Harissa-Paste (scharfe arabische Gewürzpaste)
- ½ TI Kurkumapulver
- 10 Stiele Koriandergrün
- 5 Stiele Petersilie
- 1-2 El Zitronensaft
- 300 g Kabeljaufilet
- 6 Yufka-Teigblätter
- 40 g flüssige Butter
- 300 g griechischer Sahnejoghurt
- 1 Handvoll gemischte Kräuter (z. B. Schnittlauch, Koriandergrün, Minze)
- Zucker
- Pfeffer

Zubereitung

- Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen, abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.
- Paprika waschen, vierteln, entkernen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch fein hacken. Datteln würfeln, Ingwer schälen und fein reiben.
- 3 El Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Paprika, Knoblauch, Ingwer und Datteln darin kurz anbraten. Mit Harissa und Salz würzen. Nudeln und Kurkuma untermischen. Koriander- und Petersilienblättchen hacken und untermischen. Mit Salz und Zitronensaft kräftig abschmecken.

- Fisch in 1 cm dicke Scheiben schneiden. 1 Yufka-Teigblatt auf ein sauberes Geschirrtuch legen. Mit Butter bestreichen, ein zweites versetzt darauflegen, ebenfalls mit Butter bestreichen und darauf ein drittes Teigblatt legen. 1/4 der Nudelmischung und die Hälfte des Fisches mittig auf die Nudelblätter geben. Ein weiteres 1/4 der Nudelmischung darüber verteilen. Die Teigecken nacheinander über die Füllung legen, dabei mit Butter bestreichen und gut verschließen. Restlichen Teig, Nudelmischung und Fisch ebenso verarbeiten.
- 6 El Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Nacheinander beide Teigpäckchen erst auf der gefalteten Seite bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. braten, dann wenden und weitere 3 Min. braten.
- Joghurt mit Salz, 1 Prise Zucker und Pfeffer würzen. Die Pastilla kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen, in Stücke schneiden, mit Joghurt und den gemischten Kräutern anrichten.

Für 2–4 Portionen

Zubereitungszeit: 40 Minuten