



Fisch, einmal anders

Zutaten (4 Personen):

- ca. 600 g Fisch (Seelachs, Rotbarsch, ...)
plus Garnelen oder Krabben je nach Geschmack
- 2 Dosen kleine Tomatenstücke
- 1 Zwiebel
- Petersilie
- Öl oder Margarine
- 1 cl Wein oder Saft
- Nach Geschmack zum Verfeinern einen Schluck
süße Sahne oder creme fraiche
- Zucker, Pfeffer, Salz, Curry



Zubereitung:

Zwiebel schälen, in kleine Würfel schneiden und im Fett mit 1 Teelöffel Zucker unter Rühren glasig kochen.

Das Ganze mit Wein/Saft ein wenig einkochen lassen, dann die Tomatenstücke hinzufügen und das Ganze ungefähr 15 Minuten köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

1 Teelöffel Curry hinzufügen, (nach Geschmack mit süßer Sahne oder creme fraiche verfeinern) und den Fisch (und Krabben) in der kochenden Soße garen und ca. 10 Minuten mit Deckel garen, nicht Kochen!

Als Beilage Salzkartoffeln oder Reis.

Guten Appetit!