

Koch mal Anders Seeteufel mit Papaya-Salsa von Thomas Anders

[swrfernsehen.de/koch-mal-anders/Koch-mal-Anders-Seeteufel-mit-Papaya-Salsa,rezept-folge-7-seeteufel-papayasalsa-100.html](https://www.swrfernsehen.de/koch-mal-anders/Koch-mal-Anders-Seeteufel-mit-Papaya-Salsa,rezept-folge-7-seeteufel-papayasalsa-100.html)



Zutaten Papaya-Salsa:

- 1 rote Chilischote
- 4 cm Ingwer
- 400 g Papaya
- 2 Frühlingszwiebeln
- 100 g geröstete Cashewkerne
- 1 unbehandelte Limette
- 2 EL helles Sesamöl
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL helle Sojasauce
- 1 TL Garam Masala
- Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung

Den Ingwer schälen und in kleine Streifen schneiden. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. Nun das Fruchtfleisch der Papaya sehr klein würfeln und die gewaschene Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Die Cashewkerne hacken.

Nun die Limette abwaschen, gut abtrocknen und ungefähr die Hälfte der Schale abreiben, dann den Saft auspressen. Diesen nun mit Sesamöl, Olivenöl, Sojasoße, Garam Masala sowie der Limettenschale verrühren und über die zuvor vorbereiteten Zutaten geben. Gut durchmengen, mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Die Cashew-Kerne in einer Pfanne kurz anrösten.

Zutaten Seeteufelmedaillons:

- 500 g Seeteufelrücken
- 2 EL Olivenöl
- 2 Zweige Thymian
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Zehe Knoblauch
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Den Seeteufel waschen, trocken tupfen und in ca. 4 cm dicke Medaillons schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Seeteufel-Medaillons dazulegen. Dann die gewaschenen Kräuterzweige sowie den geschälten und leicht angedrückten Knoblauch mit anbraten. Die Medaillons unter mehrmaligem Wenden etwa 8-10 Minuten braten. Anschließend noch mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Papaya-Salsa auf Tellern anrichten.