

Zutaten für 1 Portion:

- ca. 170-200 g Fischfilet (z. B. Pangasius) in mundgerechte Stücke schneiden
- ½ Tasse Pilze in Scheiben
- 2 Stangen Staudensellerie in Scheiben geschnitten, das Grün von Sellerie in grobe Stücke schneiden
- 2 Möhren in feine Streifen

Marinade:

- 2 EL Weißwein
- 4 EL Zitronensaft
- Etwas Ingwerpulver
- 2 EL Sojasoße (Kikkoman)
- 2-3 Tropfen Natreen Süßstoff
- 1 TL Sambal Olek
- ½ Tasse klare Gemüsebrühe (von Seitenbacher))
- 2 EL grünen Pfeffer
- Salz nach Geschmack
- 1 TL Bindobin (bei Bedarf)

Fisch in Zitronensoße

Alle Zutaten für die Marinade miteinander verrühren. Den Wok mit Sojasoße erhitzen und den Fisch darin vorsichtig braten. Nach dem Braten den Fisch in die Marinade legen. Danach die Möhren in den Wok noch bissfest braten, dann den Sellerie dazu und die Pilze. Wenn alles heiß ist, den Fisch mit der Marinade in den Wok schütten und das Selleriegrün dazugeben - unterrühren und heiß werden lassen.

Guten Appetit!