

Cranberry-Miso-Kabeljau mit Nuss-Topping

Gesamtzeit **155 Min.** 20 Min. Vorbereitungszeit **15 Min.** Kochzeit **120 Min.** Marinierdauer

Nährwertangaben (pro Portion):
5.497 kJ / 567 kcal

Fett: **19,6 g** Eiweiß: **38 g**
Kohlenhydrate: **58,6 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Fisch:

300 g Kabeljau-Loin
80 ml Sake
30 g leichte Miso-Paste
10 g brauner Zucker

Nüsse:

20 g Cashew-Nüsse
20 g Macadamia-Nüsse
20 g Pistazien

Sauce:

50 g Cranberries
120 ml Pflaumenwein
50 ml Kikkoman natürlich
gebraute Sojasauce
30 g Honig
1 Prise Zimt
1 Prise Kardamom

ZUBEREITUNG

Schritt 1

300 g Kabeljau-Loin - **80 ml** Sake - **30 g** helle Miso-Paste - **10 g** brauner Zucker

Die Kabeljau-Loin säubern. Restliche Zutaten mischen und den Fisch 2 Stunden darin marinieren. Falls es schnell gehen muss, kann man die Marinierzeit auf 30 Minuten verkürzen.

Anschließend den Kabeljau bei 180 °C 10 bis 15 Minuten backen.

Schritt 2

20 g Cashew-Nüsse - **20 g** Macadamia-Nüsse - **20 g** Pistazien

Die Nüsse 5 Minuten in einer Pfanne rösten und dann zerkleinern.

Schritt 3

50 g Cranberries - **120 ml** Pflaumenwein - **50 ml** Kikkoman natürlich
gebraute Sojasauce - **30 g**

Honig - **1 Prise** Zimt - **1 Prise** Kardamom
Alle Zutaten in einer Pfanne verrühren und 10 Minuten erhitzen.

Die warme Sauce auf einen Teller gießen, den Miso-Kabeljau daraufsetzen und mit Nüssen dekorieren.