

## Horst Lichter | Fisch-Curry mit Ananas und Banane

---

---

### Zutaten für 4 Personen:

- 600 g Rotbarschfilet
- 1 kleine Ananas, ca. 400 g
- 1 rote Paprika
- 1 Banane
- 3 EL Zitronensaft
- 125 ml Weißwein
- 2 EL Curry
- Zucker
- Salz
- Cayennepfeffer
- 2 EL Butter
- Butter für die Form

### Zubereitung:

Backofen auf 220 °C vorheizen.

Rotbarschfilet waschen, trocken tupfen, in mundgerechte Stücke schneiden und in eine Schüssel geben. Mit Zitronensaft beträufeln.

Ananas putzen, vierteln, schälen und den Strunk entfernen. Die Ananasviertel in kleine Würfel schneiden. Die Paprika längs halbieren, entkernen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Banane schälen und in Scheiben schneiden.

Fisch- und Ananaswürfel, Paprikastücke und Bananenscheiben mit dem Weißwein mischen. Mit Currypulver, Zucker, Salz und Cayennepfeffer würzen.

Alles in eine gefettete Auflaufform geben. Die Butter in Flöckchen darauf verteilen und das Fisch-Curry im Backofen auf mittlerer Schiene ca. 30 Minuten garen.

*Rezept: Horst Lichter*

*Quelle: Lafer! Lichter! Lecker! vom 09.02.2008*

*Prominente Gäste: Verona Pooth & Herbert Feuerstein*