

# Kabeljau-Filet mit Gemüsestreifen

**Zutaten**

[Für 2 Portionen]

[200 g Kabeljau-Filet  
Salz und Zitronensaft  
Streifen von je 1 Karotte und 1 Zucchini  
4 Scheiben Zitrone  
½ TL Sesamsalz ]

**Gerät**

[Dampfgarer

**Zubereitungszeit**

20 Minuten

**Garzeit**

7 Minuten ]

**Schwierigkeitsgrad**

Sehr einfach

**Zubereitung**

[Das gesäuberte Fischfilet mit Salz und Zitronensaft würzen und auf eine gelochte Garschale geben. Gemüsestreifen und die Zitronenscheiben dazulegen, mit etwas Sesamsalz bestreuen. Im Dampfgarer garen.

**TIPP:**

Ein Gericht das sehr schnell zubereitet ist und noch feiner schmeckt, wenn Sie vor dem Servieren noch etwas Zitronenöl darüber träufeln.

**Einstellungen**

Dampfgarer:

Fisch Garen von 85 -100°CEinstellungen / 4-7 Minuten]