

## Mpiodi Bakalinga - gebratene Makrele (Dem. Rep. Kongo)

### ZUTATEN:

25 kg Stöcker (Makrele oder Süßwasserfisch)  
35 Zitronen  
Ingwerwurzeln  
75 Zehen Knoblauch  
Salz, Pfeffer  
Muskatnuss  
Zitronengras  
Frische Basilikumblätter  
Öl zum Braten



### ZUBEREITUNG:

Die Stöcker (Makrele oder Süßwasserfisch) ausnehmen, gut waschen und in eine Gewürzmischung aus geschälte und klein geschnittenen Ingwerwurzeln (oder ev. den ausgepressten Saft), Zitronengras, zerdrückten Knoblauch, Salz, Pfeffer, wenig Muskatnuss (gerieben), frische Basilikumblätter (fein geschnitten) mindestens 1 Stunde einlegen.

Die Fische gut innen und außen damit einreiben (außen ev. einschneiden, damit die Gewürze noch besser einziehen können).

Die Stöcker in einer Pfanne in Öl herausbraten und heiß oder kalt servieren.

Tipp: Wer will, kann sie vor dem Servieren mit fein geschnittenen frischen Zwiebelringen garnieren.