

Thunfisch-Röllchen auf Wok-Gemüse, Koriander-Mayonnaise

Für 2 Personen

150 g Thunfischsteak	2 Frühlingsrollenteig	3 braune Champignons, groß
1 rote Paprikaschote	1 Möhre	1 Frühlingszwiebel
1/5 Chinakohl	40 g Ingwer	100 g Mungobohnensprossen, frisch
1 TL Koriander, getrocknet	180 ml Sonnenblumenöl	2 Schalotten
1 Ei	1 Limette, unbehandelt	1 Knoblauchzehe
2 TL Reiswein (Mirin)	2 TL Sesamöl	2 TL braunen Zucker
1 TL Chilisoße	1 Bund Koriander frisch	Frittierfett
Salz	Pfeffer	

Für die Röllchen den Thunfisch waschen, trocken tupfen und fein schneiden. Die Schalotten abziehen und würfeln. Ein halbes Bund Koriander zupfen, fein hacken und mit einem Spritzer Chilisoße, der Schalotte, einem Teelöffel Sesamöl, etwas Salz und Pfeffer und einem Teelöffel Reiswein vermischen. Anschließend damit den Thunfisch marinieren und circa 15 Minuten ziehen lassen. Für die Koriandermayonnaise ein Ei trennen und eine Limette auspressen. Das Eigelb mit dem Limettensaft vermengen und unter ständigen Rühren das Sonnenblumenöl dazu gießen, bis eine Mayonnaise entsteht. Den restlichen Reiswein und den getrockneten Koriander dazugeben und das Ganze mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Nun die Frühlingsrollenblätter nebeneinander ausbreiten und die Kanten mit Eiweiß bepinseln. Jeweils im vorderen Drittel die Thunfischfüllung verteilen. Die äußeren Kanten einklappen und von unten her aufrollen. Das Ganze anschließend kühl stellen. Für das Wokgemüse die Knoblauchzehe abziehen, den Ingwer schälen und beides fein hacken. Etwas Sesamöl in einem Wok erhitzen und den braunen Zucker darin karamellisieren lassen. Den Knoblauch und den Ingwer dazu geben und anschwitzen. Währenddessen die Paprika aufschneiden und vom Inneren befreien. Die Karotte schälen und die Lauchzwiebel abziehen. Alles mit dem Chinakohl in dünne Stifte schneiden und mit den Mungobohnensprossen vermengen. Das Gemüse in den Wok geben und darin kurz, bissfest garen lassen. Anschließend das Ganze mit Salz, Pfeffer und etwas Chilisoße abschmecken. Den restlichen Koriander zupfen fein hacken und darüber geben. Die Thunfischröllchen in einer Fritteuse goldgelb ausbacken. Anschließend die Röllchen heraus nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Das Gemüse auf Tellern verteilen, die Röllchen schräg halbieren und auf das Gemüse setzen und mit der Mayonnaise anrichten.

Veronika Lutz am 14. September 2010