

Thunfisch, Ingwer-Kartoffel-Stampf, Thaispargel-Gemüse

Für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Thunfischfilets, á 300 g 3 EL Erdnussöl

Für das Gemüse:

150 g Thaispargel 150 g Zuckerschoten 1 EL Erdnussöl

1 Prise Zucker

Für den Kartoffel-Stampf:

500 g mehligk. Kartoffeln 150 ml Sahne 50 g Butter

50 g Ingwer 50 g Meerrettich 1 frischer Muskatnuss

2 Msp. gemahlener Kreuzkümmel 2 Msp Kurkuma weißer Pfeffer

Für die Sauce:

1 Schalotte 10 g Butter 160 g kalte Butter

125 ml Weißwein 80 ml Fischfond 2 EL weißer Wermut

1 EL Weißweinessig 4 EL Sojasauce 1 Msp weißer Pfeffer

Salz

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen, abspülen, in grobe Würfel schneiden und im kochenden Wasser bissfest garen.

Für die Sauce die Schalotte abziehen und in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne zehn Gramm Butter erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen. Mit dem Wein, dem Fond, dem Wermut und den Essig ablöschen. Bei starker Hitze auf etwa 70 Milliliter einkochen lassen. Anschließend durch ein feines Sieb geben. Kurz vor dem Servieren erneut aufkochen und die kalte Butter mit dem Schneebesen einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sauce nun nicht mehr kochen lassen.

Für den Stampf die Sahne und die Butter in einem großen Topf erhitzen. Die Die Kartoffeln abgießen und durch eine Presse mit in den Topf geben. Den Ingwer und den Meerrettich reiben und dazugeben. Alles gut vermengen und das Püree mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Kurkuma und Muskatnuss abschmecken.

Für das Gemüse eine Pfanne mit Erdnussöl erhitzen. Den Thaispargel drei Minuten darin andünsten. Die Zuckerschoten dazugeben und weitere drei Minuten dünsten. Den Zucker dazugeben und vom Herd nehmen.

Eine Pfanne mit Erdnussöl erhitzen und den Thunfisch von allen Seiten scharf anbraten.

Den Thunfisch mit Ingwer-Kartoffel-Stampf, Thaispargel-Zuckerschoten-Gemüse und asiatischer Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Patrick Wassel am 09. September 2015