

Thunfisch-Carpaccio, Paprika-Vinaigrette und Plätzchen

Für zwei Personen

Für das Carpaccio:

250 g Thunfischfilet	2 EL heller Sesamsaat	2 EL dunkler Sesamsaat
1 EL gem. Kreuzkümmel	Salz	Pfeffer

Für die Vinaigrette:

1 rote Paprikaschote	1 gelbe Paprikaschote	1 grüne Paprikaschote
1 weiße Zwiebel	1 EL Agavendicksaft	1 EL hellen Balsamicoessig
2 EL Olivenöl	Birndicksaft	Salz, Pfeffer

Für die Parmesan-Plätzchen:

100 g Parmesan

Für den Kräuter-Salat:

50 g Portulak-Salat	50 g Batavia-Salat	25 g rote Betenblätter
1 Kasten Gartenkresse	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie
2 EL Tafelsenf	2 EL hellen Balsamico-Essig	3 EL Olivenöl
Birndicksaft	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie

Für das Carpaccio:

Sesam, Kreuzkümmel, 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen.

Thunfisch waschen, trocken tupfen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Nach Bedarf die Scheiben zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie mit einem Plattierisen flach klopfen.

Thunfischscheiben kreisförmig auf Tellern auflegen und mit Sesam- Kreuzkümmel-Mischung bestreuen.

Für die Vinaigrette:

Paprikaschoten waschen, halbieren, Kerngehäuse herausschneiden und sehr fein würfeln.. Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Balsamico, Olivenöl und Agavendicksaft zu einer Vinaigrette verrühren und mit Birndicksaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Vinaigrette über das Carpaccio gießen, Fisch darin marinieren lassen.

Für die Parmesan-Plätzchen:

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Parmesan fein reiben und in kleinen Kreisen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten goldbraun zu Plätzchen backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Für den Kräuter-Salat:

Portulak, Batavia-Salat und rote Betenblätter waschen, trocken schleudern. Schnittlauch, Petersilie und Kresse abbrausen, klein hacken beziehungsweise Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Birndicksaft, Senf, Essig und Olivenöl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kresse vom Beet schneiden. Kresse, Salat, Petersilie und Schnittlauch vorsichtig mit dem Dressing vermengen.

Für die Garnitur:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und zum Garnieren beiseitelegen.

Thunfisch-Carpaccio mit Paprika-Vinaigrette, Parmesan-Plätzchen und Kräuter-Salat auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.

Kurt Thomas Stocker am 02. August 2017