

Fisch-Salat Ika-Mata

Für 2 Personen

400 g Thunfisch	0,5 Baguette	7 unbehandelte Zitronen
1 Zwiebel	2 Strauchtomaten	0,5 Bund Schnittlauch
0,5 Bund Petersilie, glatt	150 ml ungesüßte Kokosmilch	Salz
Pfeffer		

Den Thunfisch waschen und trocken tupfen. Anschließend den Fisch in feine Würfel schneiden. Die Zitronen halbieren und den Saft auspressen. Die Thunfischwürfel mit dem Zitronensaft marinieren und etwa 20 Minuten ziehen lassen. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Einen Topf mit Wasser aufsetzen und die Tomaten in das heiße Wasser geben und einige Minuten erhitzen. Anschließend die Tomaten häuten, von den Kernen befreien und das Fruchtfleisch klein würfeln. Den Schnittlauch in Röllchen schneiden und die Petersilie hacken. Die Tomaten, den Schnittlauch und die Petersilie zu dem Fisch geben. Anschließend die Kokosmilch dazu geben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen. Das Baguette aufschneiden. Den Fischsalat auf einem Teller anrichten und einige Scheiben Baguette dazu servieren.

Wolfgang Losacker am 28. September 2010