

Maguro No Tataki

Für zwei Personen

250 g Thunfischfilet, ohne Haut	3 Frühlingszwiebeln	50 g Feldsalat
50 g Römersalat	1 kleinen Radicchio	3 Zehen Knoblauch
1 Knolle Ingwer	2 EL helle Sesamsamen	1 TL Wasabipaste
2 EL Reisessig	1 EL Zucker	1 EL Mirin
1 EL Sojasoße	Sesamöl, Salz, Pfeffer	

Den Thunfisch waschen und trocken tupfen. Die Sesamsamen auf einem großen Teller oder eine Platte streuen. Den Thunfisch der Länge nach in circa drei Zentimeter dicke Streifen schneiden, mit etwas Sesamöl bestreichen und in den Sesamsamen wenden. Das restliche Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und die Thunfischstreifen bei starker Hitze von allen Seiten 1 Minute kräftig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und in Frischhaltefolie gewickelt abkühlen lassen. Den Ingwer schälen und sehr fein reiben. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und mit dem Ingwer zu einer Paste verarbeiten. Die Frühlingszwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Vom Feldsalat die Enden entfernen. Den Römersalat und den Radicchio zupfen und die Blätter waschen und trocken schleudern. Aus dem Mirin, Sojasoße, Reisessig, Wasabipaste und etwas Zucker eine Vinaigrette herstellen und über den Salat geben. Die gebratenen Thunfischstreifen quer in Scheiben schneiden und auf den Salat geben. Die Ingwer- Knoblauchpaste und die Zwiebeln zum Dippen in extra Schälchen geben und servieren.

Peter Jux am 06. November 2012