

Vitello tonnato 2.0 mit Apfel-Avocado-Tatar

Für zwei Personen

Für das Kalbstatar:

| | | |
|------------------|-------------------------|----------------------------|
| 200 g Kalbsfilet | 1 Zitrone, davon Abrieb | 2 TL Kapern |
| 1 Eigelb | 1 TL Senf | 2 kleine Frühlingszwiebeln |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Thunfischsauce:

| | | |
|------------------------------|-------------------|---------|
| 150 g Thunfisch | 2 Sardellenfilets | 2 Eier |
| 50 g Kapern, mit Flüssigkeit | 50 g Cornichons | Öl |
| 8 EL Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für das Thunfisch-Tataki:

| | | |
|----------------------|-------------------|----------------------|
| 300 g Thunfischfilet | 2 TL heller Sesam | 2 TL schwarzer Sesam |
| Pflanzenöl | Salz | Pfeffer |

Für das Apfel-Avocado-Tatar:

| | | |
|----------------------------|------------------------|-----------------|
| 1 Avocado | 1 grüner Apfel | 2 Limetten |
| 1 Schalotte | 1 cm Ingwer | 2 EL Apfelessig |
| 1 EL weißer Balsamicoessig | ½ Bund Blattpetersilie | 1 Prise Zucker |
| 6 EL Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für die Garnitur:

Erbsenkresse

Für das Kalbstatar: Das Kalbsfilet kalt abbrausen und trocken tupfen. Zitrone heiß abwaschen und Schale abreiben. Zitrone für die Thunfischsauce weiterverwenden. Ei aufschlagen und trennen. Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Filet sehr fein würfeln und mit Zitronenabrieb, Kapern, Eigelb, Senf und Frühlingszwiebeln vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Thunfischsauce: Thunfisch und die Sardellenfilets abtropfen. Hälfte der Zitrone (siehe oben) auspressen. Eier trennen und Eiweiß anderweitig verwenden. Zitronensaft und Eigelbe in einem hohen Gefäß pürieren. Erst Olivenöl, dann neutrales Öl einfließen lassen, bis es emulgiert und eine Mayonnaise entstanden ist. Kapern, Sardellen, Thunfisch und die Cornichons grob hacken und ebenfalls mit dem Stabmixer pürieren. Bei Bedarf mit Kapernwasser würzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Stellen Sie eine Mayonnaise immer mit neutralem Öl her und verfeinern Sie diese schließlich mit Olivenöl. Nimmt man nur Olivenöl, kann es geschmacklich zu intensiv werden.

Für das Thunfisch-Tataki: Sesam in einer Pfanne ohne Öl rösten. Thunfisch mit wenig Öl bestreichen und im gerösteten Sesam wenden. In einer Pfanne mit wenig Öl bei starker Hitze von allen Seiten kurz scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und nach dem Abkühlen in dünne Scheiben schneiden.

Für das Apfel-Avocado-Tatar: Limetten halbieren. Avocados schälen, Kern entfernen, würfeln und mit Limettensaft säuern. Apfel waschen, halbieren, entkernen und eine Hälfte in gleichgroße Würfel schneiden. Schalotte abziehen und fein würfeln.

Ingwer schälen und sehr fein würfeln. Alles vermengen und mit Apfelessig, Balsamico und Olivenöl vermischen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Unter das Tatar heben.

Für die Garnitur: Gericht mit Kresse garnieren.

Marcel Malcherowitz am 27. Juli 2023