

Thunfisch, Oliven-Kapern-Vinaigrette, Pimientos

Für zwei Personen

Für den Thunfisch:

1 dickes Stück Thunfisch	2 Knoblauchzehen	1 Bund Thymian
Fleur de Sel	Olivenöl	Meersalz
Pfeffer		

Für die Pimientos:

100 g Pimientos de Padrón	Olivenöl	grobes Meersalz
---------------------------	----------	-----------------

Für die Vinaigrette:

2 San-Marzano-Tomaten	10 g Taggiasca Oliven	5 g feine Kapern
1 kleine rote Zwiebel	2 EL heller Balsamessig	1 Schuss Gemüsefond
1 TL Tomatenserum	2 Zweige glatte Petersilie	6 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Salatgurke	1 Limette, Filets	2 bunte Blüten
1 Beet Kresse	Wildkräuter	

Für den Thunfisch:

Die Thunfischstücke trocken tupfen und mit Olivenöl einreiben, salzen und pfeffern. Knoblauch abziehen. Grillpfanne sehr gut erhitzen und den Fisch im 45-Grad-Winkel zur Grillrichtung auf den Grillrost legen.

Thymian und Knoblauch dazu geben. Warten bis der Fisch sich löst und in die andere Richtung im 45-Grad-Winkel drehen. Ganz kurz auf der anderen Seite garen. Der Thunfisch sollte innen noch rot sein. Mit Meersalz würzen.

Für die Pimientos:

Pimientos de Padrón gründlich waschen und trocken tupfen.

Etwas Olivenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer bis hoher Hitze erhitzen. Pimientos de Padrón in die Pfanne geben und unter gelegentlichem Rühren braten. Es ist wichtig, dass sie nicht zu lange garen, damit sie nicht zu weich werden. Wenn die Paprikaschoten anfangen zu bräunen und Blasen zu bilden, sind sie fertig. Dies dauert normalerweise nur wenige Minuten. Mit Meersalz bestreuen.

Für die Vinaigrette:

Oliven halbieren. Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden.

Tomaten kurz in kochendem Wasser blanchieren, die Haut abziehen und halbieren. Die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Petersilie in feine Streifen schneiden. Aus dem Essig, dem Tomatenserum und dem Olivenöl ein Dressing anrühren.

Oliven, Kapern, Zwiebeln, Tomatenwürfel und die Petersilie dazugeben, Gemüsefond unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

Gurke schälen, mit einem Sparschäler dünne Scheiben abschneiden und diese aufrollen. Limette filetieren. Kresse zupfen, Kräuter und Blüten verlesen.

Nelson Müller am 06. Juni 2024