

Fenchel Avocado Wrap mit rosa Thunfisch, Pfirsich-Salsa

Für 4 Personen

Fenchel Avocado Wrap:

250 g Thunfisch	100 g Crème-fraîche	1 Limette
4 Weizentortillas, dünn	1 Fenchel, klein	1 Avocado
1 Bund Schnittlauch	Kresse, Salz	Pfeffer, Öl

Pfirsich Salsa:

3 Pfirsiche, reif	2 Schalotten	0,5 Chilischote, Jalapeno
2 EL Balsamico, weiß	1 Bund Koriander	Meersalz
Zucker, braun	Olivenöl	

Fenchel Avocado Wrap:

Thunfisch mit Salz und Pfeffer würzen. In heißem Öl auf jeder Seite 30 Sekunden braten und in dünne Scheiben schneiden. Den Saft der Limette auspressen. Crème-fraîche mit Limettensaft mischen und mit Salz abschmecken. Tortillas damit bestreichen. Fisch darauf verteilen. Fenchel hauchdünn hobeln, Avocado in Scheiben schneiden, mit Kresse darauf verteilen und zusammenrollen. In Stücke schneiden, eventuell mit Schnittlauchhalmen zusammenbinden.

Pfirsich Salsa:

Die Schalotten schälen und fein hacken. Pfirsich halbieren, schälen und in Stücke schneiden. In Olivenöl mit gehackter Chilischote und den Schalottenwürfeln bei mittlerer Hitze mit wenig Zucker circa acht Minuten rösten. Mit Essig, Olivenöl und Koriander mischen. Mit Salz abschmecken und pürieren. Wrap-Rollen mit der Salsa beträufeln.

Tipp:

Statt Pfirsichen kann man auch Mangos für die Salsa verwenden.

Andreas C. Studer am 23. April 2010