

Gemüse-Tatar mit Riesen-Garnelen und Koriander-Creme

Für zwei Personen

Für die Vinaigrette:

1 reife Tomate	$\frac{1}{2}$ Schalotte	2 Basilikumblätter
$\frac{1}{2}$ Thymianzweig	1 $\frac{1}{2}$ Teelöffel Olivenöl	$\frac{1}{2}$ Tl Aceto Balsamico
Meersalz	Pfeffer	

Für das Gemüse:

1 $\frac{1}{2}$ mittelgroße Tomaten	$\frac{1}{4}$ Aubergine	$\frac{1}{2}$ Fenchelknolle
$\frac{1}{2}$ Stange Staudensellerie	$\frac{1}{2}$ rote Paprika	$\frac{1}{4}$ gelbe Paprika
$\frac{1}{2}$ Zucchini	$\frac{1}{2}$ kleine Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Schalotte
1 EL Olivenöl	1 $\frac{1}{2}$ EL grüne Oliven (gehackt)	$\frac{1}{4}$ Bio-Limettenabrieb
Salz, Pfeffer		

Für die Koriandercreme:

1 Ei	1 TL Dijon-Senf	100 ml Rapsöl
50 ml Olivenöl	Zitronensaft	1 EL Crème-fraîche
$\frac{1}{2}$ TL Curry	$\frac{1}{2}$ TL Ahornsirup	25 g eingelegter Ingwer
$\frac{1}{2}$ Zehe karam. Knoblauch	Limettensaft	$\frac{1}{2}$ EL frischer Koriander
$\frac{1}{2}$ EL frischer Basilikum	frischer Ingwer	feines Bergkernsalz
Piment-d'Espelette	Salz, Pfeffer	6 Kirschtomaten
$\frac{1}{2}$ EL Aceto Balsamico	2-4 Riesengarnelen	1 $\frac{1}{2}$ EL Olivenöl

Für die Vinaigrette die Tomaten überbrühen, kalt abschrecken, häuten und vierteln. Das Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Die halbe Schalotte abziehen und fein würfeln. Die Kräuterblättchen klein schneiden. Die Tomate (auch die Tomatenkerne), die Schalotte, die Kräuter, das Fleur de Sel, den Pfeffer, den Aceto Balsamico und das Öl verrühren. Etwa eine halbe Stunde ziehen lassen. Mit Fleur de Sel und Pfeffer abschmecken. Beiseite stellen. Für das Gemüsetatar die Tomaten überbrühen, kalt abschrecken, häuten und vierteln. Das Fruchtfleisch fein würfeln. Das restliche Gemüse waschen, putzen und getrennt in kleine Würfel schneiden. Eventuell etwas Fenchelgrün aufbewahren. Den Knoblauch und die Schalotte abziehen und fein hacken. In heißem Öl in einer Pfanne kurz andünsten. Zuerst die Auberginenwürfel zugeben und circa drei Minuten mit braten. Dann den Fenchel, die Staudensellerie, die Paprika und die Zucchini zugeben und alles weitere drei Minuten mit anschwitzen, dabei mehrmals umrühren. Die Tomatenwürfel samt Tomatenkernen und die gehackten Oliven zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Limettenschale abschmecken. Von der Kochstelle ziehen. Für die Koriandercreme eine Mayonnaise zubereiten. Dafür das Ei und den Senf mit einem Stabmixer in einen Rührbecher geben und mit einem Stabmixer aufschlagen. Das Öl zuerst tropfenweise, dann in einem dünnen Strahl zugeben, dabei weitermixen. Die fertige Mayonnaise mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Zwei Esslöffel der Mayonnaise zu den restlichen Zutaten hinzugeben und unterrühren. Mit etwas Salz, dem Limettensaft, frischem Ingwer und Piment d'Espelette nach Belieben abschmecken. Die Kirschtomaten überbrühen, kalt abschrecken, häuten, halbieren und mit einem Esslöffel Aceto Balsamico marinieren. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Riesengarnelen darin auf beiden Seiten circa zwei Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüsetatar lauwarm oder kalt mit Hilfe eines Metallringes auf Tellern anrichten. Mit den Riesengarnelen, den Kirschtomaten, der Vinaigrette und der Koriandercreme anrichten. Eventuell mit Fenchelgrün garnieren.

Cornelia Poletto am 20. März 2015