

Obst-Salat mit Seeteufel-Medaillons im Tempura-Mantel

Für vier Personen

Für den Salat:

1 Ananas	1 Mango	2 Aprikosen
2 Pfirsiche	100 ml Läuterzucker	30 ml Sojasauce

Für das Dressing:

2 Stangen Frühlingszwiebeln	2 rote Zwiebeln	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	$\frac{1}{2}$ rote Chili	4 Zweige Koriander
2 EL Sesamöl	4 EL Sojasauce	Salz, Pfeffer

Für den Fisch:

4 Seeteufelmedaillons à 100 g	1 Ei	150 g Tempuramehl
125 ml Eiswasser	100 g Mehl	1 Prise feines Salz

Die Fritteuse aus 170 Grad vorheizen.

Für den Obstsalat zwei Grillpfannen mit wenig Öl auf dem Herd aufheizen. Die Ananas von der Krone befreien, schälen, viertel und vom Strunk befreien. Die Viertel nochmals halbieren und in grobe Stücke schneiden. Mango halbieren, Fruchtfleisch von Kern und Schale lösen und ebenfalls grob teilen. Pfirsiche und Aprikosen vom Kern befreien und in Viertel schneiden.

In einer Schüssel Läuterzucker und Sojasauce verrühren und die Früchte darin ca. 3 Minuten einlegen. Anschließend in den Grillpfannen bei mittlerer Hitze circa fünf Minuten von beiden Seiten kräftig anrösten, sodass das charakteristische Grillmuster entsteht.

Für den Fisch diesen waschen, trockentupfen und mehlieren. Aus Ei, Tempuramehl, Eiswasser und Salz einen Backteig in einer Schüssel anrühren. Den Fisch durch den Backteig ziehen und in der Fritteuse etwa sechs Minuten goldgelb ausbacken.

Für die Salatmarinade Frühlingszwiebeln putzen, von der äußeren Schale befreien und in feine Ringe schneiden. Zwiebeln, Schalotten und Knoblauch abziehen und fein hacken. Chili längs halbieren, entkernen und fein schneiden. Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein wiegen. Frühlingszwiebeln, Zwiebeln, Schalotten, Knoblauch, Chili und Koriander mit Sesamöl und Sojasauce in einer Schüssel anrühren und kräftig salzen und pfeffern.

Die Obststücke aus den Pfannen nehmen und mit dem Dressing vermengen.

Den pikanten Obstsalat mit Seeteufelmedaillons im Tempura-Mantel auf Tellern anrichten und servieren.

Johann Lafer am 22. Juli 2016