

THUNFISCH-TATAKI MIT AVOCADOCREME UND BASILIKUM- VINAIGRETTE

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

Thunfisch-Tataki

400g Thunfischfilet (Sushi Qualität)
100g frischen Koriander
Salz, Pfeffer
Koriandersaat aus der Mühle
etwas Sonnenblumenöl

Thunfisch zurechtschneiden (ca. 2 cm dicke Scheiben). Mit Salz und Pfeffer sowie Koriandersamen würzen und von allen Seiten in sehr heißem Sonnenblumenöl kurz anbraten. Der Thunfisch sollte dabei in der Mitte roh bleiben. Auskühlen lassen und anschließend mit frisch geschnittenem Koriander bestreuen. Vor dem Servieren in 0,5 cm Scheiben schneiden.

Avocadocreme:

2 reife Avocado
2 EL Joghurt
Salz, Pfeffer
1 Limette

Avocado schälen, Kern entfernen. Das Fruchtfleisch mit dem Joghurt in einen Mixer geben und fein mixen. Limette waschen, Zeste abreiben, Saft auspressen und hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Basilikum Öl:

1 Bund Basilikum
200-300 ml Sonnenblumenöl
Salz

Basilikum gründlich waschen, etwas zerkleinern und in den Thermomix geben (oder fein zerkleinern). Öl hinzufügen und den Thermomix auf 80°C einstellen. So lange mixen, bis die Temperatur erreicht wurde (alternativ im Topf mit einem Thermometer). Anschließend das Basilikum-Öl durch ein feines Sieb passieren. Mit Salz abschmecken.

Vinaigrette:

500g reife Tomaten
1 Knoblauchzehe
20-30 ml weißer Balsamico
50 ml Olivenöl

Tomaten waschen, Strunk entfernen und grob zerkleinern. Zusammen mit Knoblauch in einen Mixer geben und feinpürieren. Im Anschluss das Püree in ein Passiertuch geben und aufhängen, sodass der weiße Saft der Tomate aufgefangen wird. Den Tomatensaft mit Essig und Olivenöl abschmecken und zuletzt mit dem abgekühlten Basilikum Öl vermischen.