

Tuna-Tataki auf Melonen-Carpaccio, Apfel-Avocado-Salat

Für zwei Personen

Für das Tuna-Tataki:

1 Thunfischfilet, 250 g	1 EL Sojasauce	1 EL weißer Sesam
1 EL schwarzer Sesam	1 EL Sesamöl	1 Prise Szechuanpfeffer
Öl		

Für den Apfel-Avocado-Salat:

2 grüne Äpfel	1 Avocado	1 Bund Frühlingszwiebel
1 EL Honig	Salz	Pfeffer

Für die Balsamico-Reduktion:

5 EL dunkler Balsamicoessig	2 EL Zucker
-----------------------------	-------------

Für das Melonen-Carpaccio:

1 Cantaloupe-Melone	1 EL Puderzucker
---------------------	------------------

Für die Garnitur:

6 essbare Blüten	2 EL Olivenöl	Meersalz
------------------	---------------	----------

Für das Tuna-Tataki:

Sojasauce und Sesamöl in einer Schüssel verrühren, den Thunfisch damit marinieren und ca. 10 min. ziehen lassen. Danach in weißem und schwarzem Sesam wälzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Thunfisch kurz in der Pfanne von allen Seiten scharf anbraten. Wieder herausnehmen und mit etwas Szechuanpfeffer würzen. Danach in Frischhaltefolie wickeln und beiseite legen.

Für den Apfel-Avocado-Salat:

Die Äpfel schälen, entkernen und reiben. Frühlingszwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden. Die Frühlingszwiebeln in eine große Schüssel geben, Honig unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Avocado aus der Schale lösen, vom Stein befreien und in kleine Würfel schneiden. Avocadowürfel und geriebene Äpfel unter die Frühlingszwiebeln mischen und leicht durchkneten. Erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Balsamico-Reduktion:

Balsamicoessig in einer Pfanne erhitzen und unter Rühren mit dem Zucker reduzieren lassen.

Für das Melonen-Carpaccio:

Die Melone schälen und dünn aufschneiden. Auf den Tellern auslegen, mit Puderzucker bestreuen und mit einem Bunsenbrenner abflämmen, bis eine leichte Bräunung entsteht.

Für die Garnitur:

Das Thunfischfilet aus der Folie nehmen und in ca. 1 cm dicke Tranchen schneiden.

Den Apfel-Avocado-Salat mit einem Ring auf der Melone anrichten und die Thunfischtranchen darauf legen. Die Melonen mit der Balsamico-Reduktion, etwas Olivenöl und Meersalz beträufeln und mit den Blüten dekorieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Margot Reinwarth-Sooth am 13. August 2019