

Gebblätterter Thunfisch mit gefüllten Salatherzen

Für vier Personen:

Für Thunfisch und Marinade:

8 Scheiben roher Thunfisch	Chilisalز mild	2 EL eingelegter Ingwer
4 EL helle Sojasauce	4 EL Arganöl	1 TL Wasabipaste
1 EL Limettensaft	Limettenabrieb	weißer, schwarzer Sesam
Fenchelsamen	Puderzucker	

Für Salat und Fülle:

1/8 reife Mango	2 Tomaten (gehäutet)	1 Kugel Mozzarella
Olivenöl	Chilisalز	Pfeffer
1 Limette	6 Basilikumblätter	2 Mini-Romana-Salate

Für Thunfisch und Marinade:

Den Ingwer klein schneiden und mit Sojasoße, Arganöl, Wasabipaste, Limettensaft und Limettenabrieb verrühren. Abschmecken und weißen und schwarzen Sesam einrühren. Die Fenchelsamen anrösten und mit Puderzucker karamellisieren.

Für Salat und Fülle:

Die Mango schälen und die Tomaten entkernen. Die Mango, die Tomaten und den Mozzarella klein würfeln. Mit Olivenöl, Chilisalز und Pfeffer abschmecken. Limettensaft und -abrieb dazu geben. Von den Salaten die äußeren Blätter abnehmen und anderweitig verwenden. Die Herzen längs halbieren, vom Inneren ein paar Blätter herausnehmen, um dadurch eine Aushöhlung zu schaffen. Mit der Schnittseite nach oben legen, die Rundung dazu ggf. etwas anschneiden. Etwas Marinade auf die Salatherzen träufeln und die Fülle in die Mitte setzen. Den Thunfisch mit der Marinade auf beiden Seiten großzügig einpinseln, auf Vorspeiseteller verteilen, mit ein wenig Chilisalز würzen und mit dem Ingwer bestreuen. Die gefüllten Salatschiffchen daneben setzen. Das Ganze mit karamellisierten Fenchelsamen überstreuen und ggf. mit Basilikumblättern garnieren.

Alfons Schuhbeck am 27. Mai 2017