

Marinierte Thunfisch-Streifen an Avocado-Kartoffel-Salat

Für 2 Personen

300 g Thunfischfilet	350 g kleine Kartoffeln	1 reife Avocado, Sorte Hass
1 Zitrone, unbehandelt	1 Gurke	4 EL Naturjoghurt, 3,5%
1 TL Wasabipaste	1 Schachtel Kresse	1 Bund Schnittlauch
2 Hornveilchen	4 EL Olivenöl	Meersalz
Meersalz	Zitronenpfeffer	Pfeffer, bunt
Chillifäden		

Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Kartoffeln abbrausen, in das kochende Wasser geben und etwa 15 Minuten kochen lassen. Unterdessen einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Thunfischfilets waschen, trocken tupfen, salzen, mit dem Zitronenpfeffer würzen und etwa eine Minute pro Seite in der Pfanne anbraten. Den Joghurt mit der Wasabipaste in einer Schale verrühren und die leicht abgekühlten Filets darin wenden. Die Avocado halbieren, entkernen und mithilfe eines Kugelstechers zu Kugeln formen. Das Kartoffelwasser abgießen und die Kartoffeln im Topf kräftig salzen und mit dem bunten Pfeffer würzen. Die Zitrone halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Den Zitronensaft und drei Esslöffel Olivenöl zu den Kartoffeln geben und kurz abkühlen lassen. Ein halbes Bund Schnittlauch hacken und auf einen Teller geben. Die Kressesprossen abschneiden und mit den Avocadokugeln zu den Kartoffeln geben. Anschließend das Ganze vorsichtig vermengen. Die Gurke halbieren und in feine Scheiben hobeln. Die Scheiben als Carpaccio auf den Teller legen und ein wenig salzen. Den Thunfisch in dem Schnittlauch wenden, in 0,5 zentimeterdicke Scheiben schneiden und auf die Gurken legen. Den Thunfisch mit dem Avocado-Kartoffel-Salat auf den Tellern anrichten und mit Meersalz, den Chilifäden und den Blüten garnieren.

Chiara Fleischhacker am 2. August 2011