

Thunfisch-Ceviche mit Guacamole

Für zwei Personen

250 g frischer Thunfisch, Sashimi-Qualität	1 rote Paprika	1 Tomate
1 reife Avocado	1 Orange	1 Mango
1 Granatapfel	1 Limette	1 kleine, rote Chili
2 Frühlingszwiebeln	1 rote Zwiebel	1 Serrano-Chili
1 Knoblauchzehe	1 Bund Koriander	1 TL Chiliflocken
1 TL Kreuzkümmelsamen	20 g Erbsensprossen	Olivenöl, Meersalz
Salz, Pfeffer		

Die Tomaten waschen, trocken tupfen und das Tomatenfleisch mit einer feinen Reibe raspeln, dabei die Tomatenschale wegwerfen. Die Chili waschen, trocken tupfen, längs aufschneiden und von Kernen befreien. Die Hälfte der Chili fein hacken, die Orange waschen, trocken und etwas von der Schale abreiben. Die Limette halbieren und den Saft auspressen. Das Tomatenfleisch mit der Hälfte des Chilis, einem Teelöffel geriebener Orangenschale und einem Teelöffel Limettensaft, etwas Olivenöl, je einer Prise Salz und Pfeffer vermischen. Das Ganze gut umrühren und beiseite stellen. Den Thunfisch waschen, trocken tupfen und in feine Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, trocken tupfen, abziehen, in feine Ringe schneiden und zum Thunfisch geben. Die Paprika waschen, trocken tupfen, entkernen und klein würfeln. Das Tomatendressing über den Thunfisch gießen und etwas von der gewürfelten Paprika zugeben. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kreuzkümmelsamen darin anrösten. Die Chiliflocken darunter rühren, mit Salz abschmecken und ebenfalls zum Fisch geben. Alles einige Minuten ziehen lassen. Die Zwiebel abziehen und eine Hälfte klein würfeln. Den Serrano-Chili waschen, entkernen, eine Hälfte in feine Ringe schneiden. Die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken, den Koriander abzupfen und ebenfalls fein hacken. Die Zwiebel, die Chili und den Knoblauch in den Mörser geben und zu einer Paste zerstampfen. Den klein gehackten Koriander daruntermischen. Die Avocado schälen und entkernen, die Hälfte der Avocado im Mörser zu einer Crème zerstampfen, die andere Hälfte in kleine Würfel schneiden. Den Granatapfel aufschneiden und die Kerne herausklopfen. Die Mango schälen, entkernen und mit der kleingewürfelten Avocado und den Granatapfelkernen unter die Guacamole mischen. Den Thunfisch-Ceviche zusammen mit der Guacamole auf einem Teller anrichten und servieren.

Nina-Isabella Rafaniello am 15. Oktober 2013