

Avocado-Tatar mit Jakobsmuscheln, Mango-Pinienkern-Salsa

Für zwei Personen

Für das Avocado-Tatar:

1 Avocado	$\frac{1}{2}$ Apfel	1 Knolle Ingwer à 3 cm
1 Limette, 20 ml	Limettensaft	1 EL Olivenöl
30 ml Traubenkernöl	grüne Chili- Würzsauce	grobes Meersalz
Pfeffer		

Für die Jakobsmuscheln:

4 ausgelöste Jakobsmuscheln	100 g Engelshaar	50 g Ghee
20 ml Sonnenblumenöl	1 Zweig Thymian	grobes Meersalz, Pfeffer

Für die Mango-Pinienkern-Salsa:

$\frac{1}{2}$ Mango	2 Strauchtomaten	1 Limette
1 Zehe Knoblauch	30 g geröstete Pinienkerne	$\frac{1}{2}$ TL Lavendelhonig
10 ml Apfelessig	40 ml Olivenöl	Chiliwürz-Sauce
Chiliflocken	grobes Meersalz	

Für die Garnitur:

1 Zweig Estragon	1 Zweig Koriander
------------------	-------------------

Für das Avocado-Tatar:

Die Avocado halbieren, vom Kern befreien, Fruchtfleisch aus der Schale herauslösen und würfeln. Apfel schälen, halbieren, vom Kerngehäuse befreien und würfeln. Ingwer schälen und reiben. Limette halbieren und auspressen. 1 TL Ingwer und Chili-Würzsauce mit Traubenkernöl und Olivenöl vermengen und 100 g Avocado und Äpfel darin marinieren. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken.

Für die Knusper-Jakobsmuscheln:

Die Jakobsmuscheln wachen, trockentupfen und halbieren. Thymian abrausen und trockenwedeln. Das Engelshaar auseinanderzupfen, Ghee darüber geben und mit den Händen vermengen. Jakobsmuschel leicht salzen und pfeffern, und mit etwas Ghee bestreichen. Das Engelshaar um die Jakobsmuschel wickeln.

Eine Pfanne mit Öl stark erhitzen. Die Jakobsmuscheln, sowie den Thymianzweig zugeben und die Muscheln auf beiden Seiten knusprig anbraten.

Für die Mango-Pinienkern-Salsa:

Die Mango schälen, vom Kern befreien und in kleine Würfel schneiden. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Tomaten mit einem Bunsenbrenner abflammen, die Haut abziehen, halbieren, entkernen und in feine Würfel schneiden.

Mango, Pinienkerne und Tomaten in einer Schüssel vermengen. Limette halbieren, auspressen und Saft der Mango-Pinienkern-Tomatenmischen zugeben. Knoblauch abziehen, kleinschneiden und untermengen. Mit Honig, Apfelessig, Olivenöl, Chili-Würzsauce, Chiliflocken und Salz pikant abschmecken.

Für die Garnitur:

Estragon und Koriander abrausen, trockenwedeln und klein schneiden.

Das Avocado-Tatar mit Knusper-Jakobsmuscheln und Mango-Pinienkern-Salsa mit Estragon und Koriander garnieren und auf Tellern anrichten und servieren.

Rebecca Hintereck am 03. Mai 2017