

Grapefruit-Orangen-Carpaccio, Fenchel-Tatar, Garnelen

Für zwei Personen

Für das Carpaccio:

1 Grapefruit rosé, Frucht 1 Orange, Frucht

Für das Tatar:

1 Fenchelknolle	1 Avocado	1 Limette, Saft
½ Bund Kerbel	1 TL Dijonsenf	2 EL weißer Balsamicoessig
1 TL Fenchelsaat	1 Prise Zucker	2 Prisen Cayennepfeffer
2 EL Traubenkernöl	Salz	Pfeffer

Für das Öl:

1 Bund Kerbel 4 Zweige Blattpetersilie 100 ml Traubenkernöl

Für den Garnelengipfel:

4 Garnelen	1 Knoblauchzehe	1 Limette, Abrieb, Saft
Chiliflocken	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Brotchips: 1 Kürbiskernbrötchen Olivenöl

Für den Crunch: 2 EL geröstete Pistazien

Für das Carpaccio:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Grapefruit und Orange schälen, dabei die weiße Haut vollständig entfernen. Anschließend in feine Scheiben schneiden.

Für das Tatar:

Fenchelsaat in einer Pfanne leicht anrösten. Limette halbieren und auspressen. Fenchel waschen, abtrocknen, Strunk entfernen, in feine Würfel schneiden, etwas Limettensaft zugeben und leicht salzen.

Einige Kerbelblättchen als Garnitur beiseitelegen. Restlichen Kerbel fein hacken, mit Senf, Weißweinessig, Cayennepfeffer, Pfeffer, evtl. etwas Zucker und Öl zu einem Dressing verrühren. Avocado halbieren, entkernen und klein hacken, mit restlichem Limettensaft vermengen und Fenchel, Fenchelsaat und Dressing unterheben und ziehen lassen.

Für das Öl:

Kerbel und Petersilie hacken, mit leicht erwärmtem Traubenkernöl vermengen und mit dem Stabmixer durchmischen und abseihen.

Für den Garnelengipfel:

Limettenschale abreiben, anschließend halbieren und auspressen.

Knoblauch abziehen und klein schneiden. Garnelen mit Chili, Salz, Pfeffer, Limettenabrieb, Knoblauch, etwas Olivenöl und 1 TL Limettensaft marinieren und in einer Pfanne auf beiden Seiten kurz anbraten.

Für die Brotchips:

Brötchen in sehr feine Scheiben schneiden und in einer Pfanne in Olivenöl anbraten.

Für den Crunch:

Pistazien grob hacken.

Grapefruit- und Orangenscheiben abwechselnd auf Teller anrichten.

Fenchel-Avocado-Tatar darüber verteilen und mit Kerbel, Kerbel-Öl und Crunch garnieren. Garnelen und Brotchips darauf anrichten und servieren.

Ute Steininger am 02. Juli 2024