

Thunfisch-Tatar, Rucola-Tomaten-Salat, Pfifferlinge

Für zwei Personen

Für das Tatar:

200 g Thunfischfilet, ohne Haut	1 Schalotte	1 Limette, Saft, Abrieb
1 EL helle Sojasauce	4 Zweige krause Petersilie	$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Koriander
2 EL Olivenöl mit Limone	Salz	Pfeffer

Für die Pfifferlinge:

200 g Pfifferlinge	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 EL Butter	4 Zweige krause Petersilie	50 ml weißer Balsamicoessig
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Salat:

100 g Rucola	6 Cocktailtomaten	$\frac{1}{4}$ Bund Dillspitzen
20 ml weißer Balsamicoessig	1 EL Olivenöl mit Limone	Salz

Für das Baguette:

$\frac{1}{2}$ Baguette	Olivenöl	Salz, Pfeffer
------------------------	----------	---------------

Für das Tatar:

Die Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Petersilie fein hacken. Thunfisch in kleine Würfel schneiden und mit den Schalotten und 1 EL Petersilie vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Koriander abschmecken. Limettenschale abreiben, anschließend Limette halbieren und auspressen. Olivenöl mit Sojasauce und Limettensaft vermengen, mit Tatar vermengen und ziehen lassen.

Für die Pfifferlinge:

Pfifferlinge putzen und in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Knoblauch und Schalotte abziehen, fein würfeln und kurz mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie fein hacken, 1 EL dazugeben und mit weißem Balsamico ablöschen. Butter untermischen.

Für den Salat:

Rucola waschen und trockenschleudern. Tomaten halbieren und mit dem Rucola vermischen. Ein Dressing aus Olivenöl, Salz und Balsamico herstellen und über den Rucola-Tomaten-Salat geben. Dill zupfen und als Garnitur verwenden.

Für das Baguette:

Baguette in dünne Scheiben schneiden und in der Pfanne in etwas Olivenöl knusprig anbraten. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Olga Held am 24. September 2024