

# Thunfisch-Tatar im Avocado-Mantel, Mayonnaise

## Für zwei Personen

### Für das Thunfisch-Tatar:

200 g Thunfischfilet	1 Avocado	1 Frühlingszwiebel
1 cm Ingwer	$\frac{1}{2}$ Limette, Saft, Abrieb	1 TL Sesamöl
1 EL Mirin	1 EL Ponzu	1 TL Ketjap Manis
Salz	Pfeffer	

### Für die Dashi-Brühe:

1 Streifen Kombu-Alge	10 g Bonitoflocken	1 TL Sojasauce
1 TL helle Misopaste	Salz	

### Für die Wasabi-Mayonnaise:

$\frac{1}{2}$ Zitrone, Abrieb	1 Ei	1 EL Crème-fraîche
1 TL m.-scharfer Senf	1 TL Wasabipaste	Salz, Pfeffer

### Für die Garnitur:

1 kl. rote Chilischote	2 Radieschen	1 kleine Gurke
------------------------	--------------	----------------

### Für das Thunfisch-Tatar:

Den Ingwer schälen und fein reiben. Frühlingszwiebel putzen und in sehr feine Ringe schneiden. Avocado schälen, entkernen und in feine Scheiben hobeln. Limette heiß abspülen, Schale abreiben, dann Saft auspressen. Thunfisch in sehr kleine Würfel schneiden und vorsichtig mit Ponzu, Sesamöl, Limettensaft, Ingwer, Frühlingszwiebel, Salz und Pfeffer vermengen. Kurz kaltstellen.

Zum Anrichten die Avocado auf Frischhaltefolie auslegen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Tatar auf die Avocado geben und vorsichtig zusammenrollen.

### Für die Dashi-Brühe:

1 Liter Wasser mit Kombu-Alge erwärmen (nicht kochen lassen) und 10 Minuten ziehen lassen. Kombu-Alge entfernen. Bonitoflocken in das Wasser geben und aufkochen lassen. Anschließend Herd ausschalten und 5 Minuten ziehen lassen. Brühe durch ein feines Sieb geben und leicht mit Sojasauce und Misopaste abschmecken. Separat servieren.

### Für die Wasabi-Mayonnaise:

Aus Ei, Öl und Senf eine Mayonnaise hochziehen. Crème fraîche und Wasabi unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken.

### Für die Garnitur:

Mit gehobeltem Chili, Radieschen-Scheiben, Gurkenwürfeln und Wasabi-Mayonnaise garnieren. Die warme Dashi-Brühe separat reichen.

Georg Hermann am 27. Januar 2026