

MARINIERTER THUNFISCH, KNOBLAUCH, KOKOS & MECHOUIASAUCE



4 Personen

Zutaten:

Confierte Tomatenfilets

250 g Eiertomaten frisch gemahlener weißer Pfeffer etwas Olivenöl
1 Knoblauchzehe
4 Blätter Basilikum
1 Zweig Thymian
Feines Meersalz
Frisch gemahlener, weißer Pfeffer
Etwas Puderzucker

Sauce Mechouia

5 Rote Paprikaschoten
700 gr. Strauchtomaten
1 ungeschälte, weiße Zwiebel
Ca. 100 gr. grobes, ungereinigtes Meersalz
3 ungeschälte Knoblauchzehen
1 grüne Peperoni
15 gr. Kreuzkümmel
10 gr. Korianderkörner
5 gr. schwarze Pfefferkörner
Olivenöl

Schwarze Knoblauchcreme

1 Knolle schwarzer, japanischer Knoblauch (fermentiert)
50 gr Geflügelfond
Meersalz

Kokoscreme

250 gr. ungesüßte Kokosmilch
Meersalz
Brauner Rohrzucker
2 ½ gr. Agar-Agar
1 Blatt weiße Gelatine
1 TL Macadamianussöl
etwas Yuzusaft zum abschmecken (Zitrone+Orange ersatzweise)

Guacamole

1 reife Avocado
2 Limetten
½ rote Peperoni
25 gezupfte Korianderblätter
15 gezupfte Petersilienblätter
½ kleine Knoblauchzehe
2 TL brauner Rohrzucker
2 EL Zitronen-Oliven-Öl
2 gr. Salatgurke mit Schale
1 EL griechischer Joghurt (10% Fettgehalt)
Salz
Frisch gemahlener, weißer Pfeffer

Krabbenflakes

50 gr. Krabbenbrot (Kroepek)
500 gr. neutrales Pflanzenöl zum fritieren

Roh marinierter Thunfisch mit Kokosvinaigrette

300 gr Thunfisch (Mittelstück)
40 gr. Mirin (ersatzweise Portwein)
20 gr. Ponzu Gewürzsauce
5 gr. Yuzusaft (Zitrone+Orange ersatzweise)
50 gr. Kokoswasser
70 gr. flüssiges Kokosfett
Feines Meersalz
Brauner Zucker
1 Msp. Xanthan
100 gr. frisches Kokosnussfleisch

Thunfischtatar

Olivenöl 120 g frische Thunfischabschnitte (siehe Teilrezept »Roh mariniertes Thunfisch mit Kokosvinaigrette«)

30 gr. gelbe Paprikaschote

30 gr. confierte Tomatenfilets (siehe Teilrezept)

10 gr. Olivenöl

35 gr. Mechouia (siehe Teilrezept)

Etwas frisch gepresster Limettensaft

Meersalz

Frisch gemahlener, weißer Pfeffer

Geröstete Koriandersamen

Krabbenbrotflakes (siehe Teilrezept)

100 gr. Erbsenkressesprossen

Anrichten:

Etwas Sauce Mechouia (siehe Teilrezept)

etwas Guacamole (siehe Teilrezept)

Schwarze Knoblauchcreme (siehe Teilrezept)

Zubereitung

Confierte Tomatenfilets

Reichlich Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Eiertomaten vom Strunk befreien, leicht einritzen und im sprudelnd kochenden Wasser kurz blanchieren, dann in Eiswasser abschrecken. Die Eiertomaten häuten, von den Kernen befreien und vierteln. Die Tomatenfilets auf Küchentrepp abtropfen lassen. Ein Backblech mit etwas Olivenöl bestreichen und mit der zerdrückten Knoblauchzehe einreiben. Die Basilikumblätter zerzupfen und die Thymianblättchen darauf verteilen. Die Tomatenfilets darauflegen und mit feinem Meersalz, frisch gemahlenem Pfeffer und etwas gesiebttem Puderzucker würzen. Im auf 50°C vorgeheizten Backofen mit guter Belüftung ca. 5 Stunden lang confieren.

Sauce Mechouia

Die roten Paprikaschoten im Ofen grillen, die Haut abziehen und unter dem Salamander nochmals kräftig Farbe annehmen lassen. Die Strauchtomaten blanchieren, in Eiswasser abschrecken, die Haut abziehen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und die Tomatenfilets unter einem Salamander ebenfalls gut Farbe nehmen lassen. Die Zwiebel auf dem Meersalz im auf 160 °C vorgeheizten Backofen 45 Minuten weich garen. Die ungeschälten Knoblauchzehen in Alufolie im auf 160 °C vorgeheizten Backofen 20 Minuten garen. Nun die Zwiebel pellen, nur die Hälfte

verwenden. Auch die Knoblauchzehen pellen. Die grüne Peperoni halbieren und die Kerne herausnehmen, in Alufolie im auf 160 °C vorgeheizten Backofen 20 Minuten garen. Danach das Fleisch von der Haut kratzen. Für die Gewürzmischung den Kreuzkümmel, die Korianderkörner und die schwarzen Pfefferkörner ohne Fettzugabe in einer Pfanne anrösten und fein mahlen. Schließlich alles zusammen fein mixen und mit der Gewürzmischung abschmecken. Mit so viel Olivenöl aufmixen, dass eine cremige Konsistenz entsteht. Dann durch ein Spitzsieb passieren. Zum Dosieren und Aufbewahren in eine Plastikflasche abfüllen und bis zur weiteren Verarbeitung kühl lagern.

Schwarze Knoblauchcreme

Die schwarze Knoblauchknolle schälen und mit dem Geflügelfond fein mixen. Mit 1 Prise Salz abschmecken und durch ein Sieb passieren. Die Knoblauchcreme in eine Plastikspritzflasche füllen.

Kokoscreme

Die Kokosmilch mit Salz und etwas Zucker erhitzen. Das Agar-Agar einrühren und unter Rühren etwa 30 Sekunden kochen, dann vom Herd nehmen. Die eingeweichte und ausgedrückte Gelatine hinzugeben, einrühren und auflösen.

Zum Auskühlen die Masse auf ein Blech gießen, kalt stellen und gelieren lassen. Nach dem Auskühlen die gelierte Masse im Thermomix bei 60 °C mit dem Macadamianussöl zu einer glatten Creme mixen. Mit Yuzusaft abschmecken, in eine Spritzflasche füllen und kalt stellen.

Guacamole

Die Avocado schälen und vom Kern befreien. Das Avocadofleisch gemeinsam mit dem Saft der Limetten, der entkernten Peperoni und den restlichen Zutaten in einer Moulinette fein mixen. Danach durch ein Haarsieb passieren. Die Masse nochmals abschmecken, in eine Spritzflasche abfüllen, kühl und dunkel lagern.

Krabbenbrotflakes

Das Krabbenbrot fein mixen und in dem 160 °C heißen Pflanzenöl kurz frittieren, bis es aufpufft. Das Krabbenbrot aus dem Frittieröl schöpfen und auf Küchenkrepp geben.

Roh marinierter Thunfisch mit Kokosvinaigrette

Den Thunfisch in Klarsichtfolie einschlagen und anfrieren lassen. Mit der Aufschnittmaschine in etwa 1/2 cm dicke Scheiben

schneiden. Aus den Scheiben 3 x7 cm große Rechtecke schneiden. Die Abschnitte für das Thunfischtatar aufbewahren. Den Mirin, die Ponzu, den Yuzusaft und das Kokoswasser auf einem Wasserbad gemeinsam warm rühren. Unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen 19 das Kokosfett einlaufen lassen. Mit Meersalz und braunem Zucker abschmecken, dann das Xanthan zugeben und unter Rühren binden. Die rohen Thunfischscheiben mit dieser Kokosvinaigrette marinieren, mit Meersalz würzen und das frische Kokosnussfleisch darüber raspeln.

Thunfischtatar

Die Thunfischabschnitte fein würfeln und in eine Schüssel geben. Die Paprika- und Tomatenwürfel, das Olivenöl und die Sauce Mechouia zugeben und marinieren. Limettensaft, Meersalz, frisch gemahlenem Pfeffer und gerösteten Koriandersamen aus der Mühle würzen. 10 Minuten durchziehen lassen und nochmals abschmecken. In 4 rechteckige Formen (3 x7 cm) ca. 1 cm hoch einfüllen. Vor dem Servieren die ausgebackenen Krabbenbrotflakes gleichmäßig auf dem Thunfischtatar verteilen und die Erbsenkressesprossen auf dem Thunfischtatar arrangieren.

Anrichten

Je 1 Thunfischtatar und je 1 marinierten Thunfisch auf 4 große Teller platzieren. Danach je 2 Tupfen von der Kokoscreme, der Mechouiasauce, der Guacamole und der schwarzen Knoblauchcreme auf die Teller spritzen und sofort servieren.

Beilagen:

sind nicht vorgesehen, können aber nach eigenem Ermessen gestaltet werden.