



HOCHEVENTS

MATTHIAS RUTA

Gegrilltes Sushimi vom Thunfisch auf Koriander-Somen und Birnen-Gurken-Reliesh

Rezept:

(4 Personen)

| | | |
|-----|------|----------------------------|
| 200 | g | Thunfisch, Sushi-Qualität |
| 150 | g | Somen, japanische |
| 1 | Bnd | frischen Koriander |
| 1 | Bnd | Dill |
| 1 | Bnd | Blattpetersilie |
| 1 | Bnd | Schnittlauch |
| 1/2 | Stck | Salatgurke |
| 1 | Stck | Nashi Birne |
| 250 | g | Sesam |
| | | Sesamöl, geröstetes |
| | | Limonenöl |
| | | Sojasauce |
| | | dunkles Sesamöl |
| | | Oystersauce |
| 1 | | Wasabipaste |
| 1 | | Limone |
| | | frische Ingwerwurzel |
| 1 | Stck | rote Paprika für die Sauce |



Zubereitung:

Für den Thunfisch eine Marinade aus Sojasauce, Oystersauce, Wasabipaste, Limonensaft, frisch geriebene Ingwerwurzel und etwas Sesamöl herstellen. Den Thunfisch mindestens 1Std. darin einlegen. In einer Pfanne mit heißem Öl den Fisch von beiden Seiten kurz anbraten und sofort in geröstetem Sesam wälzen. Bei 80°C das Thunfischstück noch ruhen lassen. Vor dem Servieren mit frisch gehackten Kräutern bestreuen.

Die Somen in leicht gesalzenem Wasser ca. 3 Minuten abkochen. Abschrecken und erkalten lassen. Gehackten Koriander, Limonenöl, Sesamöl, Sojasauce und Sesamkörner hinzufügen einige Zeit ziehen lassen.

Für das Reliesh die Gurke und Birne schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Gehackten Dill und Schnittlauch hinzufügen und mit Salz, Pfeffer, Zucker abschmecken.

Dekoration:

Rote Paprikasauce. Paprika entkernen und mit heißem Wasser weich kochen. Würzen, pürieren und passieren.