

TATAKI VON THUNFISCH, SÜß-SAURE GURKE UND WAKAME



GEBRAUCHTE BRESC PRODUKTE



Bresc Ingwer & Limette
WOK 450g



Bresc Ingwerpüree 450g



Bresc Madras 450g



Bresc Zitronengrasspüree
450g

ZUTATEN

4

Für die süß-saure Gurke

- 3 Gurken
- 5 dl Natur-Essig
- 1 dl Wasser
- 150 g Zucker
- 100 g Bresc Ingwerpüree
- 100 g Bresc WOK Ingwer
- Pfeffer und Salz nach Geschmack

Sonstiges

- 300 g Thunfisch
- 1 Schälchen Wakame
- 1 dl Ponzu Dressing
- 4 Shiso-Blätter
- 1 Gläschen Sushi Ingwer
- Tempura-Mehl
- 8 g Wasabi-Pulver
- 80 g Mayonnaise
- 40 g Sojasauce
- 50 g Sesam (schwarz und weiß)
- 5 g Bresc Gemberpuree (Ingwerpüree)
- 5 g Bresc Citroengrasspuree (Zitronengrasspuree)
- 10 g Bresc Madras
- Öl zum Braten
- Pfeffer und Salz

ZUBEREITUNG

Für die süß-saure Gurke die Gurken waschen und mit einem Sparschäler in Streifen schneiden. Wasser, Essig, und Zucker zum Kochen bringen. Den Ingwer hinzufügen. Abschmecken und zurückkühlen. Die Mischung auf die Gurke gießen und in einen geschlossenen Behälter zum Marinieren kaltstellen.

Aus der Sojasauce, der Hälfte Madras, Ingwer, den Sesam und Zitronengraspüree ein Dressing machen. Den Thunfisch darin marinieren. Das Wasabi-Pulver mit etwas Wasser vermischen und die Mayonnaise unterrühren. Eine Pfanne erhitzen und etwas Öl hinzufügen.

Den Thunfisch von allen Seiten anbraten. Den Thunfisch aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. In Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Thunfisch auf Wakame, süß-saurer Gurke und den Sesam servieren.

Die Fritteuse vorheizen. Genügend Eiswasser mit ein wenig Madras durch das Tempura-Mehl mischen, bis ein Brei entsteht. Die Shiso-Blätter durch den Teig ziehen und goldbraun frittieren. Aus dem Fett nehmen und mit Küchenpapier abtupfen. Etwas salzen.

Mit etwas Ponzu-Dressing daneben servieren.