

Thunfisch auf Wasabi-Kartoffelstock

Vorspeise 4 P. Hauptgericht 2 P.

2 Kartoffeln ca. 300g
0,5 dl Rahm
20 Butter
1/3-1/2 Tube Wasabi 15-20g
Salz, Pfeffer

Fisch:
200g roter Thon frisch
2 EL Sesamsamen schwarz und weiss
1 EL Olivenöl
süsse Sojasauce, Basilikum und Wasabi zum Garnieren

Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden. In wenig Salzwasser oder über Dampf weich garen. In ein Passevitte geben und gut verdampfen lassen. Zurück in die Pfanne passieren. Rahm und Butter aufkochen. Unter Rühren zu den Kartoffeln geben. Wasabi beigeben und alles zu einem luftigen Stock aufschlagen
Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Während die Kartoffeln kochen den Thon mit Salz würzen. In den Sesamsamen wenden. Kurz vor dem Servieren das Öl erhitzen und den Thon auf jeder Seite 1 Min. scharf anbraten, das Innere sollte noch schön rot sein. Fisch mit einem scharfen Messer in Tranchen aufschneiden.

Wasabi-Kartoffelstock auf vorgewärmten Tellern anrichten. Thon dekorativ darauf anrichten. Mit Sojasauce beträufeln. Mit Basilikum und Wasabi garnieren. Sofort servieren.

Schwarze Sesamsamen sind in Asia- und Delikatessenläden erhältlich. Ebenso Wasabi-Paste und süsse Sojasauce.

Zubereitungszeit 30 Min.
