

Tip vom Chef !

Es geht genau so
gut mit
Lachsloinfilet

Warmes Thunfisch-Carpaccio mit Sesam-Olivenöldressing

Für 4 Personen:

400 g Thunfischfilet Sushi Qualität (**gibt's bei mir**), 5 EL Sashimi-Sushi-Sauce (**gibt's bei mir**) 5 EL bestes Olivenöl (**gibt's bei mir**) 4 Eß Sesamsamen gemischt (**gibt's bei mir**)
1 Bund Rucola, 4 Kirschtomaten für Dekoration

Schritt 1

Backofen auf 100° grad vorheizen (Ober und Unterhitze)

Den Fisch kalt abwaschen und trocken tupfen.

Mit einen sehr scharfen Messer oder Aufschnittmaschine in ganz dünne Scheiben schneiden und auf 4 Teller verteilen!

Sashimi-Sushi-Sauce und Olivenöl miteinander verrühren.

Die Sesammischung ohne Öl in einer beschichteten Pfanne bei nicht zu hoher Temperatur ca. 3-5 Minuten rösten!

Nun die Teller mit dem Fisch für ca. 5 Minuten in den Backofen schieben!

Schritt 2

Den Rucola waschen und verlesen. Die Stiele entfernen, die Blätter grob zerteilen. Die Kirschtomaten waschen und vierteln.

Schritt 3

Die Teller aus dem Backofen holen! Den Thunfisch mit geröstetem Sesam bestreuen. Den Rucola und die Tomaten anlegen, und alles mit der Olivenölsauce beträufeln.

Mit Weißbrot servieren!

Weinempfehlung ! Mein Sauvignon Blanc aus Südafrika oder Vermentino aus Sardinien

