

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 14. April 2023 ▪  
Zusatzgericht von Johann Lafer



### Thunfisch-Tatar auf Auberginen-Tempura

Zutaten für zwei Personen

**Für das Basilikum-Tempura:**

¼ Bund Basilikum  
75 ml Weißwein  
25 g Weizenmehl, Type 405  
25 g Reismehl

Den Basilikum abbrausen, trockenwedeln und die Blättchen von den Stielen zupfen. Basilikumblätter grob hacken, mit dem Wein in einen hohen Becher geben und mit einem Pürierstab sehr fein mixen. Das Weizenmehl mit dem Reismehl mischen, die Basilikum-Wein-Mischung hinzufügen und alles zu einem glatten Teig mixen.

**Für die Aubergine:**

1 Aubergine  
Mehl, zum Mehlieren  
250 ml Sonnenblumenöl, zum Frittieren  
Salz, aus der Mühle

Sonnenblumenöl zum Frittieren in einer Pfanne erhitzen. Eine mittelgroße Aubergine in 5 mm gleichdicke Scheiben schneiden und mit Salz bestreuen. Etwas ziehen lassen.

Scheiben in Mehl wenden, durch den Tempura-Teig ziehen und in heißen Pflanzenfett von beiden Seiten goldbraun ausbacken. Auf Krepppapier abtropfen lassen.

**Für das Tatar:**

200 g Thunfischfilet  
1 Avocado  
1 Schalotte  
1 Zitrone, davon Saft  
2 EL Sojasauce  
2 EL Sesamsaat  
¼ Bund Koriander  
2 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Thunfischfilet klein schneiden oder alternativ zwischen den Fasern ausschaben. Thunfisch mit Sojasauce marinieren. Schalotten abziehen, fein würfeln und zum Thunfisch geben. Leicht pfeffern. Koriander klein hacken und zum Thunfisch geben. Olivenöl untermischen.

Avocado halbieren, vom Kern lösen und in Würfel schneiden. Zitrone auspressen und Avocado damit marinieren. Leicht salzen.

Mit Hilfe eines kleinen Servierings erst Avocadotatar einfüllen und oben drauf Thunfischtatar geben und andrücken. Sesam in einer Pfanne anrösten und Sesam oben drauf streuen.



Sollten Sie **Thunfisch** verarbeiten wollen, dann sollten Sie auf WWF auf folgende Fische aus folgenden Gebieten zurückgreifen (Stand März 2023):

- 1. Wahl: Thunfisch, Echter Bonito, Skipjack: Westatlantik FAO 21; 31; 41, Westpazifik FAO 61, 71, 77, 81 (Handleinen und Angelleinen)
- 1. Wahl: Thunfisch, Gelbflossenthun: Westlicher und Mittlerer Pazifik FAO 61, 71, 77, 81 (Handleinen und Angelleinen)
- 1. Wahl: Thunfisch, Grossaugenthun: Westlicher und mittlerer Pazifik FAO 61, 71, 77, 81 (Handleinen und Angelleinen)
- 1. Wahl: Thunfisch, Weisser Thun: Südostpazifik FAO 71, 77, 81, 87 (Handleinen und Angelleinen, Schleppangeln); Nördlicher und mittlerer Atlantik FAO 21, 27, 31, 34 (Schleppangeln); Atlantik 21, 27, 31, 34, 41, 47 (Handleinen und Angelleinen); Nordostatlantik FAO 27: Keltische See (VII) und Biskaya (VIII) (Pelagische Zweischißschleppnetze)

**Für die Garnitur:** Gericht mit Sesamöl und Sojasauce beträufeln, mit Koriander garnieren.  
2 EL Sesamöl  
2 EL Sojasauce  
4 Blätter Koriander

Auberginen-Tempura auf Teller geben und Tatar-Türme darauf anrichten.  
Mit Sesamöl und Sojasauce beträufeln und mit Koriander garniert servieren.