

Tatar vom Thunfisch auf einem Salat von Palmherzen in Kokosmarinade

Zutaten (4 Personen)

Für das Tatar:

300 g fein gewürfelter Thunfisch

2 EL Austernsoße

2 EL dunkle Sojasoße

1 EL schwarzer Sesam

1 EL gerösteter Sesam

1 EL gehackte Korianderblätter

1 TL 4-Spicys (Gewürzmischung)

etwas Salz aus der Mühle

etwas Pfeffer aus der Mühle

Für den Salat:

1 kleines Bund Frühlingszwiebeln

1 Dose Palmherzen

1 Dose ungesüßte Kokosmilch

1 Msp. Kreuzkümmel

1 Msp. gemahlener Fenchel

1 Msp. Kardamom

Abrieb und Saft einer Zitrone

1 EL gehackte Blatt Petersilie

etwas Salz aus der Mühle

etwas Pfeffer aus der Mühle

etwas Sesamöl

Zubereitung

Thunfisch in eine Schüssel geben, mit den restlichen Zutaten für das Tatar gut vermischen und abschmecken. Kokosmilch in einen Topf geben, aufkochen und reduzieren lassen.

Anschließend die Milch in Eiswasser kalt rühren.

Frühlingszwiebeln waschen und in feine Streifen schneiden.

Palmherzen dünn aufschneiden, mit den restlichen Zutaten zu der Kokosmilch geben und gut verrühren. Den Palmherzsalat mit dem Thunfischtatar dekorativ auf einem Teller anrichten.