



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

### Thunfischtatar asiatische Art



#### Einkaufsliste:

Thunfischfilet, 300 g, sehr frisch

Lauchzwiebeln, 3

Schalotte, 1

Ingwer, kl. Knolle

Chilischote, 1 rote, mild

Limone, 1 Bio

Sesamsamen, 2 EL

Koriander, 2 Stängel

Thymian, 2 Stängel

Sojasauce, 1 EL



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

### Thunfischtatar asiatische Art

	 einfach	
 kalt servieren		

#### Vorbereitung:

- den Thunfisch in sehr kleine Würfel schneiden und sofort wieder in den Kühlschrank stellen,
- Lauchzwiebeln in dünne Ringe schneiden,
- Schalotte in kleine Würfel schneiden,
- Chilischote längs halbieren, Kerne entfernen, in kleinste Stücke hacken,
- Ingwer schälen und ca. 1 TL fein reiben,
- Thymianblättchen abzupfen,
- Korianderblätter klein hacken,
- Limonenschale abraspeln (nur das Grüne), Saft auspressen,
- Sesamsamen in einer beschichteten Pfanne anrösten

#### Zubereitung:

- in einer kalten Stahlschüssel den Thunfisch mit dem Limettensaft und ca. 2 EL Sojasauce marinieren (gut vermischen),
- für ca. 1 Std. in den Kühlschrank stellen,
- anschließend die restlichen Zutaten hinzufügen,
- gut vermischen,
- in kleine Gläser füllen,
- dekoriert mit Sesam, Korianderblättern und Lauchzwiebelringen servieren



SEXYGLASFUTTER.DE

PARTYFOOD – FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN - PROTEINFOOD

**Tipps:**

- Der Thunfisch muss von bester Qualität und besonders frisch sein.
- Das macht ihn leider teuer, aber auch zu etwas Besonderem.
- Das Gericht solltet ihr nicht allzu lange vor dem Verzehr vorbereiten, ggf. sogar zusammen mit Freunden erst im Laufe des Abends (es lässt sich leicht auch von Kochladien herstellen).
- Diesen (fast) rohen Thunfisch könnt ihr nicht aufheben, also bitte eisgekühlt am selben Abend aufessen.

**Dazu schmeckt:**

- ein gut gekühlter Chardonnay (ca. 8°C), aber auch ein Spätburgunder von der Ahr (ca. 14°C).