

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 3. Dezember 2020** ▪
Jahresfinale ▪ "Asia-Gourmet" mit Johann Lafer



Juliane Schmitz

Tandoori-Thunfisch mit Wasabi-Creme und crispy Maispoularde mit Sesam-Mayonnaise und Tonkatsu-Sauce an Möhren-Kurkuma-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für den Tandoori-Thunfisch:

1 Thunfischfilet à ca. 2 cm dicke, ohne Haut
 5 EL Tandoori Pulver
 2 EL neutrales Öl

Den Thunfisch waschen und trocken tupfen. Dann in 2 cm große Würfel schneiden und von allen Seiten in dem Tandoori Pulver wenden.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und den Thunfisch nur wenige Sekunden von allen Seiten anbraten.

Für die Wasabi-Creme:

1 TL Wasabipaste
 100 g Crème fraîche
 1 Limette
 Salz, aus der Mühle

Wasabipaste mit der Crème fraîche verrühren. Limette waschen, die Schale abreiben und den Saft ausdrücken. Mit dem Saft, der Schale und dem Salz die Creme abschmecken.

Für die crispy Maispoularde:

1 Maispoulardenbrust
 3 EL Sojasauce
 1 TL Fischsauce
 50 g Mehl
 100 g Panko
 1 Ei
 neutrales Öl, zum Frittieren

Maispoulardenbrust waschen und trocken tupfen. Mit Sojasauce und Fischsauce marinieren und etwa 10 Minuten ruhen lassen.

In einer Panierstraße die Brust zunächst in Mehl wenden. Dann in verquirltes Ei tunken und dann in dem Pankomehl wenden.

Die panierte Brust in der Fritteuse bei etwa 180 Grad ca. 8-10 Minuten knusprig Gold ausbacken. Auf Küchenrolle abtropfen lassen.

Für die Sesam-Mayonnaise:

1 frisches Ei
 1 TL grobkörniger Senf
 1 EL Reisessig
 2 EL Sojasauce
 20 g Ingwer
 2 EL Honig
 1 Limette, Saft, wenig Abrieb
 1 Orange, Saft, wenig Abrieb
 2 EL Joghurt, 10 %
 100 ml Rapsöl
 50 ml geröstetes Sesamöl
 ½ TL fruchtiges Currypulver
 1 Prise Chilipulver
 1 Prise Meersalz

Alle Zutaten außer die zwei Öle in ein schmales, hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab mixen. Nacheinander die Öle tröpfchenweise dazu gießen, bis eine sämige Mayonnaise entsteht.

Für die Tonkatsu-Sauce: Alle Zutaten miteinander vermengen und mit Zucker abschmecken.

2 EL Tomatenketchup
5 TL Worcestershire
3 TL Austernsauce
3 TL Zucker

Für den Kurkuma-Möhrensalat: Möhren schälen und anschließend mit dem Schäler weiter herunter schneiden, sodass Bandnudel ähnliche Streifen entstehen. Blätter von Minze und Koriander abzupfen. Cashewkerne fein hacken und ohne Fett in einer Pfanne rösten.

4 Möhren
100 g Cashewkerne
5 Zweige Koriander
3 Zweige Minze
½ Orange
½ Zitrone
2 TL Reissessig
1 EL Sojasauce
2 TL Fischsauce
1 TL Sesamöl
1 EL Walnussöl
2 EL Kurkuma
Chiliflocken, aus der Mühle
3 TL brauner Zucker

Saft von der halben Orange und Zitrone auspressen und mit den restlichen Zutaten in einer kleinen Schüssel vermengen. Möhren mit dem Dressing marinieren und kurz vor dem Servieren die Kräuter und Nüsse darunter heben.

Für die Garnitur:

Daikon-Kresse
1 EL schwarzer Sesam

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.