



Marinierte Gelbflossenmakrele mit Ponzu und Rettich

Markus Arnold



Rezept für 4

Zutaten

320 g
Gelbflossenmakrelenfilets
10 g Öl aus geröstetem
Sesam
1 Prise Koriandersamen
100 g Rettich
40 Mini-Perltomaten
10 g Randensaft
1 EL Balsamico weiss
1 Prise Salz
1 Prise Zucker
160 g Ponzu
40 g Sojasauce
1 EL Olivenöl
10 g Nori-Algen



Zubereitung

Gelbflossenmakrelenfilets leicht salzen und mit zerstoßenen Koriandersamen einreiben. In einer heißen Pfanne mit etwas Sesamöl scharf von jeder Seite anbraten, herausnehmen und abkühlen lassen. Mit einem scharfen Messer in ca. 3 mm dünne Tranchen schneiden und flach auf dem Teller anrichten. Rettich waschen und schälen, mit einem Gemüsehobel in feine Scheiben schneiden und mit einem Kreisausstecher rund ausstechen. Ausgestochenen Bierrettich mit Salz, Zucker, Randensaft und Balsamico ca. 1 Stunde einlegen, herausnehmen und abtropfen lassen. Leicht bis zur Mitte einschneiden und zu einer Blume drehen. Auf dem Fisch anrichten. Ponzu, Sojasauce und Olivenöl in einer Schüssel zusammen leicht verrühren, so dass kleine Fettaggen entstehen. Vorsichtig Mini-Perltomaten dazugeben und darüber gießen. Etwas Nori-Algen mit einem scharfen Messer in ca. 5 cm lange feine Streifen schneiden und auf dem Gericht verteilen.