



VINI DELLA VALLE

## Thunfisch-Sashimi auf Kartoffel-Avocadosalat

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten.

### Kartoffel-Avocadosalat:

200	gr.	mehligkochende Kartoffeln
		Salz
1	stk.	Avocado
½	TL.	Wasabi
		Olivenöl
		Zitronensaft
		Pfeffer

### Thunfisch-Sashimi:

150	gr.	Thunfisch-Sashimi Block (aus Delikatessengeschäft oder Migros)
		Pfeffer
2	EL.	Sesamsamen
2	EL.	Getrocknete Kräutermischung
		Öl zum Ausbraten
4	EL.	Süsse Sojasauce / (aus dem Delikatessengeschäft oder Sojasauce mit Honig vermengen)

### Zubereitung:

Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und in Salzwasser weichkochen. Abgiessen und in leere Pfanne zurückgeben, ausdampfen lassen. Mit dem Kartoffelspampfer (Schwingbesen) die Kartoffeln zerdrücken und auskühlen lassen. Avocado halbieren und Kern entfernen. Mit Wasabi zu einer Crème verrühren und zu den Kartoffeln begeben. Mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und Zitronensaft abschmecken.

Thunfisch mit Pfeffer würzen. Sesamsamen mit der Kräutermischung vermengen. Thunfisch in der Sesam- Kräuterpanade wenden und gut andrücken. Öl erhitzen und Thunfisch rundherum anbraten. Aus der Pfanne nehmen und auskühlen lassen. Thunfisch in feine Tranchen schneiden und mit Kartoffel-Avocadosalat anrichten. Süsse Sojasauce dazu servieren.

