

Lachs-Tataki: Scharf anbraten, kühl genießen

Orangen-Gel und bunte Blüten sorgen dabei für Sommerfrische

Von den Japanern kann man ja in der Küche einiges lernen. Ich jedenfalls finde ihr Art zu kochen sehr spannend. Nehmen wir das Tataki. Das ist ja feine japanische Art, Fisch- oder Fleischfilets zuzubereiten. Der Clou: Außen warten würzige Röstaromen auf die Genießer, innen ist das Produkt saftig roh. Eben deshalb sollte auch Fisch zuvor mindestens 24 Stunden bei minus 20 Grad Celsius oder darunter tiefgefroren werden.

Doch nicht nur japanische Zubereitungsmethoden sind mir höchst sympathisch. Mich fasziniert auch ihre Leidenschaft für scharfe Messer. Frei nach



dem Motto: Ein scharfes Messer ist das A und O in der Küche. Damit macht Kochen gleich doppelt so viel Spaß. Egal, ob man Kräuter hackt, Gemüse, Fisch oder Fleisch zerkleinert: So ein klarer, glatter Schnitt, der nicht unnötig Gefäße zerstört und die Säfte hinauslaufen lässt, ist in jedem Fall gut für die Produkte und ihren Geschmack. Mit einem Qualitätsmesser ist das Schneiden auch viel einfacher. Noch ein Trick der Asiaten: Bevor die Japaner ein Messer ansetzen, benetzen sie leicht seine Spitze mit Wasser, stellen es dann mit dem Griff nach unten auf ein Brett und lassen die Feuchtigkeit die Klinge



Mallorca trifft Japan bei diesem leuchtend-leckeren Gaumenschmaus. Foto: Fera

sanft hinunter rinnen. Dann heißt es: Sägen adios. Schneiden ist angesagt!

Zwischendurch wird die Klinge selbstverständlich immer wieder mit einem sauberen, feuchten Küchentuch gereinigt – nicht nach jedem Schnitt, aber doch ab und zu. Denn Lachs zum Beispiel enthält einiges an Fett. Und das bleibt an der Klinge hängen, so dass sie dann nicht mehr optimal zum Einsatz kommt. Je länger das Messer ist, des-

to perfekter schneidet sich der Fisch übrigen. Am besten ist ein sauberer, durchgezogener Schnitt mit der ganzen Klinge. Kurzum: Ich glaube, eine der klügsten Investitionen für die Küche ist ein schönes Schneidebrett und ein scharfes Messer, das man auch schleifen kann.

Tataki bereitet man ja normalerweise über einer Flamme zu. Aber zu Hause kann man auch gut einen Flambierbrenner oder – wenn dieser nicht vorhanden ist – eine sehr hei-

ße Pfanne benutzen. In die Pfanne selbst kommt kein Öl. Vielmehr wird der Lachs vorher mit einem guten Öl eingerieben, zum Beispiel mit Olivenöl. Legen Sie sich auch zwei Spachtel bereit, denn der Fisch muss ruckzuck gewendet werden. Hier geht's um Sekunden: Da kann man nicht lange das passende Gerät in der Schublade suchen. Wenn der Fisch dann gegart ist, füge ich die Stücke wieder zu einem Ganzen zusammen und bepinsle das

Ganze kurz mit Sesam-, Oliven-, Raps oder Kürbiskernöl.

Wer mag, kann jetzt für eine Kruste noch Sesam darüber streuen. Oder frisch geschnittenen Schnittlauch ... Oder Chilipulver ... Oder gehackte Nüsse ... Als Deko können Sie eingelegte Zwiebeln nehmen und zum Beispiel essbare Blüten etwa von der Kapuzinerkresse.

Sie haben gerade keinen Orangensaft im Haus? Macht nichts, denn Sie

können auch jeden andren Saft verwenden. Karotten- oder Apfelsaft zum Beispiel. Und auch bei der Avocado-Creme können Sie variieren und mit frischen Kräutern experimentieren. Ob Koriander, Thai-Petersilie oder Basilikum – das alles passt sehr gut dazu. Und wer es gern schärfer mag, zerkleinert noch eine Chilischote oder würzt mit Chilipulver.

Simon Petutschnig kocht im Fera Restaurant & Bar in Palma (C). Concepció 4

UND SO WIRD'S GEMACHT

Zutaten (für 4 Pers.):

Für das Orangen-Gel:
200 ml Orangensaft aus Söller-Apfelsinen
4 Blatt Gelatine

Für die Avocado-Creme:
1 Avocado
1 Bio-Limette
Salz, Pfeffer
400 g Lachsfilet ohne Haut

etwas Olivenöl
Salz

Zubereitung:

Wir beginnen mit dem Orangen-Gel: 50 ml O-Saft erwärmen, nicht kochen. Gelatineblätter einzeln in Eiswasser einweichen, damit sie nicht zusammenkleben. Herausnehmen, gut ausdrücken. In den erwärmten

O-Saft geben, darin auflösen. Die Mischung z.B. in ein Stabmixer-Gefäß geben, den restlichen O-Saft hinzufügen, umrühren, kaltstellen. Wenn das Ganze nach 1 - 2 h fest ist, mit dem Stabmixer mixen. Dabei Gerät auf und ab bewegen, damit das Gel gut durchmischt wird. In Spritzflasche oder Spritzbeutel füllen. Avocado-Creme: Avocado in der Mitte durchschneiden,

entsteinen, Fruchtfleisch herausnehmen, zerkleinern, in eine Schale geben. 1/2 Limette entsaften, zur Avocado geben. Salzen, pfeffern. Alles zu einem Püree mixen. Lachs mit Öl einreiben, leicht salzen. Pfanne sehr heiß werden lassen, zwei Spachtel zum Wenden des Fisches bereitlegen. Filet in 5 cm breite, 10 cm lange Stücke schneiden, in die heiße Pfanne

geben: Es muss richtig zwischen. Nach 5 Sekunden umdrehen, die andere Seite ebenfalls 5 Sekunden rösten. Die verbleibenden beiden Seiten ebenso rösten. Herausnehmen, 5 min in Eiswasser abkühlen, um den Gar-Prozess zu stoppen. Durch das Eiswasser wird der Fisch starr, das hilft beim Schneiden. Herausnehmen, mit Küchenkrepp abtupfen, in einen Zenti-

meter dicke Scheiben schneiden. Nochmals halbieren. Mit dem Spritzbeutel einen Kreis aus Orangen-Gel auf dem Teller aufspritzen, Tataki anrichten – die Stücke können Sie dabei mal legen, mal stellen. Avocado-Creme-Tupfer daneben setzen. Mit Kräutern und Blumen, je nach Saison, anrichten. Wer mag, gibt noch etwas Forellenkaviar dazu.