

Asiatische Thunfisch-Ceviche mit Tramezzini

Zutaten für die Ceviche (für 3 Personen):

- 200 g Thunfischfilet
- 2 EL Sesamöl
- 2 EL Olivenöl
- 1 Schalotte
- 1 Chilischote
- 2 Limetten
- 10 ml Sojasoße
- 0,5 Schale Sango-Rettich-Kresse
- 1 Mango

Thunfisch in Scheiben von 5-10 mm Stärke schneiden. Saft der Limetten auspressen, vorher einige Zesten abziehen. Den Thunfisch mit der Hälfte des Saftes beträufeln. Nach 5 Minuten den Saft abgießen.

Öle, restlichen Limettensaft und Sojasoße in einer Schüssel miteinander verrühren. Schalotte abziehen und in feine Scheiben schneiden, Chili waschen, Kerne entfernen und ebenfalls in feine Scheiben schneiden. In die Soße geben.

Mango schälen, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden.

Zutaten für das Brot:

- 100 g Tramezzini-Brot
- 4 EL Sesamöl

Sesamöl in einer Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und das Brot anbraten.

Mango- und Thunfisch-Scheiben fächerartig auf den Brotscheiben verteilen und mit dem Dressing marinieren. Kresse waschen und darüberstreuen.

Sendung/Quelle: Familien-Kochduell

Sendetermin: 18.03.2023

Koch/Köchin: Janina Reinhardt

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen