

Rezept

# Thunfisch mit Wasabi-Sauce

Ein Rezept von Thunfisch mit Wasabi-Sauce, am 24.09.2023

## Zutaten

- |   |  |
|---|--|
| <b>1 Stück</b> Rettich (etwa 6 cm lang) | <b>1 EL</b> Sesamsamen                     |
| <b>4 EL</b> Sojasauce                   | 1/2-1 TL Wasabi (aus der Tube)             |
| <b>1</b> geröstetes Nori-Blatt          | <b>250 g</b> ganz frischer roter Thunfisch |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Reicht für 4 als Einstieg oder kleiner Leckerbissen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min  
Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 255 kcal

## Zubereitung

1. Den Rettich schälen und in ganz dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Vier kleine Teller damit auslegen.

---

2. Die Sesamsamen in einer Pfanne ohne Fett unter Rühren anrösten, bis sie würzig duften. In den Mörser schütten und mit dem Stößel so gut wie möglich zerdrücken. In einem Schälchen mit Sojasauce und Wasabi verrühren. Das Nori-Blatt in ganz dünne Streifen schneiden. Das geht am besten mit der Küchenschere.

---

3. Den Thunfisch erst in dünne Scheiben, dann in ganz feine Streifen schneiden. Auf dem Rettich aufhäufeln und die Nori-Streifen drauflegen. Beim Essen ein wenig von der Wasabisauce darüber träufeln.