

Rezept für veganen Thunfisch aus Wassermelone

Zutaten

- eine kleine Wassermelone (ca. 500 g)
- ein Noriblatt
- heller und schwarzer Sesam
- 2 EL Sesamöl
- 2 EL Sojasauce
- 3 EL Apfelessig
- ½ TL Rauchsatz



Zubereitung

1. Wassermelone vierteln, die Schale entfernen und in circa drei Zentimeter dicke und fünf Zentimeter lange Scheiben schneiden.
2. Die Melone zusammen mit dem Rauchsatz in eine heiße Pfanne geben. Zehn Minuten schmoren lassen, bis die ausgetretene Flüssigkeit größtenteils verdampft ist.
3. Sesamöl, Sojasauce und Apfelessig in einer großen Schüssel verrühren. Das Noriblatt mit einer Schere in kleine Streifen schneiden und in die Marinade geben.
4. Die Wassermelone in einem Sieb abgießen und noch heiß unter die Marinade heben. Verschlossen im Kühlschrank über Nacht durchziehen lassen.
5. Scheiben aus der Marinade nehmen, in Sesam wälzen und in dünne Scheiben schneiden, um die Form von Thunfischfilets nachzuahmen. Nun lässt sich die vegane Fischalternative weiterverwenden.