

„Cantina“-Rezepte für den Heißen Tisch

Die „Galerie & Cantina“ in Murnau hat als Restaurant einen hervorragenden Ruf für Gerichte abseits der Mainstream-Speisekarten, für aromareiche Gerichte mit kraftvollen, frischen Zutaten - die alle ohne Topf und Pfanne auf einer großen CDS-Kochplatte mit drei Heizern zubereitet werden. „Cantina“-Chef Alexander Zentgraf verriet uns zwei seiner speziellen Küchen-Kreationen, die auf dem Heißen Tisch rasch und mit viel Spaß am Kochen zuzubereiten sind.

Thunfisch mit Sesam-Norikruste

Zeit: 10 Minuten/leicht; für 4 Personen

Zutaten:

500g Thunfisch (Yellow Fin)

Marinade: Helle Sojasosse

Kruste: Sesamkörner und zerstoßene
Noriblätter (Algen)

Wasabi (japanischer Meerrettich)

Eingelegter Ingwer

Grobes Meersalz

Thunfisch in Streifen schneiden, etwa 3x3x10 cm, und in der hellen Sojasauce 10 Minuten lang marinieren.

Sesamkörner anrösten und Noriblätter zerstoßen, vermischen. Thunfisch mit Wasabi einseitig einreiben; die bestrichene Seite auf die Krustenmischung drücken. Heißen Tisch auf höchste Stufe stellen und den Fisch von zwei Seiten in Olivenöl eine halbe Minute anbraten. Fertigen Thunfisch schräg halbieren und mit eingelegtem Ingwer und mit grobem Meersalz servieren.

Auberginen

Zeit 20 Minuten/leicht; für 4 Personen

Zutaten:

4 Spitzauberginen oder auch andere

4 Tomaten mit gutem Aroma (etwa 300g)

Griechischer Joghurt, 500 g

Knoblauch

griechisches Olivenöl mit 0,3-0,5% Säuregehalt

Olivensalz (Ersatzweise gehackte Olive mit Meersalz)

Basilikum

Auberginen der Länge nach halbieren und einseitig im Olivenöl bei 170 Grad anbraten (bei größeren Auberginen mehrere Scheiben). Auberginen brauchen viel Olivenöl, sie saugen sich regelrecht voll, geben es aber anschließend zum Teil ab. In diesem Rest werden dann die Tomaten gegart. Wenn sie braun sind, einfach umdrehen und warten bis sie durch sind. Tomaten würfeln und mit dem Knoblauch auf den Heißen Tisch in das auslaufende Öl legen bis diese halb gar sind. Die Auberginenhälften auf den Teller geben, die Tomaten darauf, alles mit Olivensalz würzen, den Joghurt auf die Tomaten mit dem Basilikum garnieren und servieren.