

Statt Kalbfleisch kommen aromatische Tomatenscheiben unter die Tunfisch-Sauce...

Jeder, der gelegentlich über den Pizza-Teil der Speisekarte beim Italiener hinausschaut, kennt Vitello tonnato, diesen Klassiker der Vorspeise. Wobei das einfach bloß gekochtes, dünn aufgeschnittenes Kalbfleisch mit einer Tunfisch-Sauce ist. Tatsächlich ist dabei die Tunke der Star, denn das gekochte Fleisch gibt in Sachen Aroma nicht viel her. Nun stieß ich über einen Artikel darauf, dass diesen Sommer in New York eine Variante angesagt ist, die Tomato tonnato heißt – was nichts anderes bedeutet, dass unter die Tunfisch-Sauce Tomatenscheiben kommen. Das war mir Gelegenheit genug, meine Tonnato mal zu optimieren.

Ganz wichtig: Dieses Gericht, das mit Ciabatta als Sättigungsbeilage verschönert eine veritable Hauptspeise hergibt, funktioniert nur mit schönen, dicken Tomaten, also großen Rispen-, nicht zu dickschalige Fleisch- oder gern auch Ochsenherztomaten. Von diesen ganzen neumodischen Klein- und Minidingern, die zu astronomischen Preisen feilgeboten werden, lässt du besser die Finger. Ein Wort zum Tunfisch aus der Dose: Ja, es gibt zertifizierte Sorten, denen unabhängige Organisationen bescheinigen, dass außer den getöteten Tunfische keine anderen Kreaturen leiden mussten. Nur die kann man guten Gewissens kaufen. Weil die Dosen-Tunfisch-Industrie aber – auch mit Zertifikaten – erheblich zur Überfischung des Tunas, gerade im Mittelmeer, beiträgt, solltest du nicht sehr oft zu diesem Produkt greifen.

Am besten wird die Tonnato mit selbstgezogener Fleischbrühe. In der Tomaten-Version passt am besten eine ebenfalls hausgemachte Gemüsebrühe – du weißt ja, wie man die macht... Außerdem empfehle ich in Salz eingelegte Kapern, die nicht diesen manchmal penetranten Essiggeschmack mitbringen.

Die Zutaten (für 2~3 Portionen als Hauptspeise):

ca. 500 g große Tomaten (siehe oben und unten)

1 Dose zertifizierten Tunfisch im eigenen Saft (150 g)

2 Eigelb

1 Tl mittelscharfer Senf

1 Tl Zitronensaft

100 ml neutrales Öl

ca. 60 ml bestes Olivenöl
6 EL Gemüsebrühe
optional: 2 Sardellenfilets oder Anchovis
2 EL Kapern
Salz, schwarzer Pfeffer

Die Zubereitung:

Letztlich ist diese Tunfisch-Sauce auch bloß eine Mayonnaise mit püriertem Tunfisch. Also beginnt alles wie bei einer Majo. Wichtig: ALLE Zutaten müssen Zimmertemperatur haben. Nimm also ein hohes Gefäß, in das dein Pürierstab hineinpasst. Wirf die Eidotter hinein und verühr sie mit dem Senf. Würz mit Salz und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer. Gib dann beide Sorten Öl hinzu. Setz nun den Pürierstab auf den Boden des Bechers und lass ihn gut 30 Sekunden auf höchster Stufe laufen. Dann ziehst du ihn langsam hoch und wirst sehen, wie eine gleichmäßige Emulsion entsteht.

Hack die Anchovis (falls du sie nimmst) sehr fein und dazu auch einen EL von den Kapern. Gieß den Tunfisch ab und zerpflück das Fleisch auf einem Teller mit der Gabel. Gib diese Zutaten zur Mayonnaise und pürier alles so durch, dass weder Tunfisch, noch Anchovis und Kapern erkennbar sind. Füll die Tonnato in eine Schüssel um, denn nun ist es einfacher, mit dem Rührbesen zu arbeiten. Und zwar beim Anpassen der Konsistenz durch Brühe. Rühr zunächst 4 EL gut unter. Die Sauce soll nicht steif wie eine Majo sein, sondern eher sämig wie eine echte Sauce. Rühr also bei Bedarf mehr Brühe unter. Schmeck zuletzt mit Zitronensaft, Salz und schwarzem Pfeffer ab.

Nun nimmst du eine passende Platte her und schneidest die Tomaten recht dünn auf - beinahe wie bei einem Carpaccio. Würze sie vorsichtig mit Salz und Pfeffer. Dann gießt du die Tunfisch-Sauce drüber, sodass die Scheiben gut bedeckt sind. Zuletzt streust du die restlichen Kapern aufs Ganze.