

Trio van tonijn

Ingrediënten:	Bereidingswijze:
1 kg tonijn	Snijd uit de tonijn 500 gr voor 10 mooie filets van 50 g voor tonijn 3 Verdeel de resterende tonijn in 2 x 250 gr voor tonijn 1 en tonijn 2.
Tonijn 1: 250 gr tonijn 1 st norivel olijfolie 50 gr fijne kappertjes 100 gr ui 50 gr zoetzure augurken 50 gr groene olijven 1 à 2 el mayonaise 1 à 2 el crème fraîche sous vide stick peper en zout	Tonijn 1: (gekonfijte tonijn) Snijd de tonijn brunoise 0,5 x 0,5 cm. Verkruimel de norivel. Doe de gesneden tonijn samen met 1 el verkruimelde norivel en voldoende olijfolie in een sousvide zak en vacuumeer. Konfijt de tonijn 1 uur op 60° en laat afkoelen (sous vide stick) Laat de massa uitlekken door een zeef en vang de olie op. Snijd de kappertjes, ui, augurken en groene olijven fijn. Meng de uitgelekte tonijn met mayonaise en crème fraîche naar smaak, kappertjes, gesnipperde uitje, fijngesneden augurk en de olijven. Verdun eventueel met de wat opgevangen olijfolie als de tonijn te droog is. Breng op smaak met peper en zout. Zet afgedekt weg in de koeling tot gebruik.
Tonijn 2: 250 gr tonijn mierikswortel-puree sushi-azijn kwastje	Tonijn-2: (shashimi van tonijn) Snijd de tonijn in dunne reepjes van 2 mm. Strijk (kwastje) dun in met mierikswortelpuree en marineer ze een uur in sushi-azijn. Laat daarna uitlekken en zet weg.
Tonijn 3: 500 gr tonijn	Tonijn 3: (tataki van tonijn) Zet 10 mooie filets van 50 g weg in de koeling.
Rijst 150 gr sushi rijst 1-2 el rijstazijn	Rijst: Spoel de rijst af. Kook de rijst volgens aanwijzing op de verpakking (± 10-15 minuten 1 deel rijst + 1,25 water). Bewaar lauwwarm en meng het naar smaak met 1 à 2 el rijstazijn.
Afwerking: 20 st spinazieblaadjes viskruiden zonnebloemolie 150 gr speckwürfel (gezouten spekblokjes) 100 gr sjalot 2 st knoflookteentjes 500 gr spinazie zonnebloemolie room groentebouillonpoeder grillpan	Afwerking: <ul style="list-style-type: none"> • Marineer 20 blaadjes spinazie in sushi-azijn (half uur). • Dep de tonijnfilets 3 droog en kruid ze met viskruiden. Smeer in met zonnebloemolie en bak kortdurend aan twee kanten in een hete grillpan. • Bak de speckwürfel kort aan in een droge pan. • ± 5 min. voor het uitserveren. Bak de gesnipperde sjalotjes en knoflook kort aan. Voeg spinazie toe en kruid (naar smaak) met groentebouillonpoeder. Bak de spinazie totdat deze voldoende is geslonken. • Snijd de gebakken spinazie grof en plaats terug in de pan en meng dit met de gebakken speckwürfel.
Indekken:	Indekken: Dek in met groot bord en visbestek.
Presentatie: atsina cress	Zie foto: Leg een plakje tataki (Tonijn 3) op een toefje gebakken spinazie. Leg de shashimi (Tonijn 2) in een opmaakvormpje ernaast (rechthoek van 2 x 5 cm). Leg wat gemarineerde blaadjes spinazie op het bord met daarop de gekonfijte (Tonijn 1) in een driehoekvorm erbij. Plaats een klein toefje rijst en garneer met atsina cress.

