



Lachstatar auf Pumpernickel

Zubereitung

1. Für das Lachstatar den Ingwer und den Knoblauch schälen und fein reiben. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Lachsfilet fein würfeln und mit Sesamöl, Sojasoße, Limettensaft und Ingwer vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Für die Avocadocreme Zwiebel und Chili fein würfeln. Petersilie und Koriander fein schneiden. Die Avocado in einer Schüssel zerdrücken und mit Limettensaft, Chili, Zwiebeln, Petersilie, Koriander und Olivenöl vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Pumpernickel mit einem Speisering ausstechen. Die Avocadocreme und das Lachstatar in dem Speisering anrichten und mit den Erbsensprossen ausgarnieren.



Zutaten

- 200 g** Lachsfilet ohne Haut
- 1** Frühlingszwiebel
- 2 EL** Traubenkernöl
- 1 TL** Sesamöl
- 2 EL** Sojasoße
- 2 EL** Limettensaft
- 1/2** Knoblauchzehe
- 10 g** Ingwer
- 50 g** Erbsensprossen
- Szechuan Pfeffer und Salz

Avocadocreme

- 1** Avocado
- 1** rote Zwiebel
- 1/2** rote Chili
- frischen Koriander
- frische Petersilie
- 1** Limette
- 1 EL** Olivenöl
- Salz und Szechuan Pfeffer
- 4** Scheiben Westfälischer Pumpernickel



Foto: Anneke Jager