

Rauchlachs-Mangotatar mit Avocadocrème

Zutaten für 4 Personen

200g Rauchlachs am Stück

200g Mango

1 Limette (Saft und abgeriebene Schale)

15 g fein gehackter Schnittlauch

Himalaya Salz (nur wenn Lachs nicht zu salzig ist) und Pfeffer aus der Mühle, etwas Zitronen-Olivenöl

Dekoration nach Belieben (Kräuter, Blumen, Sprossen, Limonenschnitze, Gomasio siehe separates Rezept etc.)

Rezept Avocadocrème weiter unten

Zubereitung

Den Rauchlachs und die Mango in kleine Würfelchen schneiden, diese in eine kalte Schüssel geben und mit der abgeriebenen Schale und dem Saft der Limette mischen. Den fein gehackten Schnittlauch dazugeben, gut vermengen und mit Himalaya Salz, Pfeffer und etwa Zitronen-Olivenöl abschmecken. Im Kühlschrank eine Stunde ruhen lassen und mit Hilfe eines Metallrings oder -quadrates anrichten. Avocadocrème in eine Spritztülle geben und in Tupfen anrichten. Mit Kräutern, Blumen, Sprossen, Gomasio Limonenschnitzen ausgarnieren.

Avocadocrème

Zutaten für 4 Personen

2 reife Avocados

1 Zitrone

1 cl Mineralwasser mit Kohlensäure

Himalaya Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Fleisch der Avocado mit Zitrone, Mineralwasser, Himalaya Salz und Pfeffer so lange mixen, bis eine glatte Crème entsteht. Eignet sich wunderbar zu einem Randensalat oder Rauchlachs.

